



AS

EL ETIQUETADO DE ALIMENTOS EN ESTADOS UNIDOS

ÍNDICE:

	Página
1. INTRODUCCIÓN	2
2. EXIGENCIAS DE ETIQUETADO DE ALIMENTOS POR PARTE DE LA FDA.....	3
2.1. Etiquetado obligatorio:.....	4
2.1.1. Etiquetado general:.....	4
2.1.1.1. Indicación del nombre del producto	5
2.1.1.2. Indicación del contenido neto	6
2.1.1.3. Nombre y dirección del fabricante, envasador o distribuidor:	7
2.1.1.4. Declaración de ingredientes:	7
2.1.1.5. País de origen:	7
2.1.1.6. Presencia de alérgenos:.....	7
2.1.2. Etiquetado nutricional:.....	7
2.1.2.1. ¿Cómo debe presentarse la información nutricional en el etiquetado?.....	8
a. Información nutricional.....	9
b. Declaración de ingredientes.....	14
c. Nombre y dirección del fabricante, envasador o distribuidor	16
d. Mensajes descriptores sobre el contenido nutritivo:	16
e. Reclamos de salud	20
2.1.2.2. Formato y aspecto de la etiqueta.....	20
a. Formato Estándar:.....	22
b. Formato de etiqueta para envases medianos:	24
c. Envases pequeños:	25
d. Casos particulares:.....	25
2.2. Etiquetado voluntario:.....	29
3. ETIQUETADO EXIGIDO POR EL USDA	31
3.1. Exigencias adicionales por parte del USDA para el etiquetado de productos cárnicos, aves y huevos	31
3.2. Etiquetado de origen – COOL	33
4. OTRO TIPO DE INFORMACIÓN QUE PUEDE APARECER EN LAS ETIQUETAS.....	33
4.1. Categorías de calidad	33
4.2. Código Universal de Producto (Código de Barras)	34
4.3. Marcas y patentes.....	34
4.4. Otras informaciones, certificaciones o indicaciones en el etiquetado.....	34

AVISO: El contenido de esta contestación tiene carácter orientativo e informativo general y no debe ni puede entenderse como un dictamen jurídico "ad hoc", debiéndose consultar a un jurista en caso de que aquel sea requerido.

DISCLAIMER: This document and its attachments are of a solely informative nature and they should not be considered as legal advice. If such advice is needed, a legal representative should be consulted.



1. INTRODUCCIÓN

El etiquetado de alimentos en EE.UU. es uno de los aspectos más importantes a tener en cuenta por los exportadores, ya que existe una regulación federal de obligado cumplimiento particularmente intensa y compleja en la que intervienen varias agencias federales.

Por un lado está la Food and Drug Administration, conocida como **FDA**. Se trata de una agencia dependiente del Ministerio de Sanidad estadounidense (*United States Human and Health Services Department*), y es de ella de donde emana la mayoría de la reglamentación sobre etiquetado. La FDA inspecciona y controla (incluyendo cuestiones de etiquetado) los alimentos sólidos o líquidos que no contengan alcohol (menos del 5%), que no contengan más de un 2% de carne, alimentos para animales, y aguas embotelladas. Además, tiene jurisdicción sobre la carne de pescado, búfalo, conejo, venado, caza, y, en general, sobre las carnes no incluidas bajo la jurisdicción del FSIS.

Por su parte el Departamento de Agricultura (**USDA**) también ostenta competencias en materia de etiquetado de alimentos. Por ejemplo, el Food Safety Inspection Service, conocido como **FSIS**, agencia dependiente del USDA, ostenta la competencia sobre el etiquetado de aquellos productos que contienen más de un 2% de contenido cárnico. También el USDA es responsable del llamado etiquetado COOL, o de origen, exigido a ciertos productos.

Por último el Alcohol and Tobacco Tax and Trade Bureau, conocido como **TTB**, agencia dependiente del Departamento del Tesoro (*United States Treasury Department*), que controla los aspectos relacionados con las bebidas alcohólicas y el etiquetado de las mismas. El etiquetado de bebidas alcohólicas no se contempla en la presente nota dado su carácter específico.

Conviene adelantar que las exigencias aplicadas al etiquetado son complejas y abundantes, y el no cumplimiento de las mismas, conlleva el rechazo del producto afectado en la frontera de entrada al país. Por todo ello, es importante que los exportadores conozcan bien esta legislación y la apliquen adecuadamente.

A lo largo de esta nota, se ha incluido la información más relevante en materia de etiquetado de alimentos en EE.UU. junto con un buen número de enlaces de gran interés. Entre estos enlaces destaca especialmente la página web de la FDA, en la cual se puede encontrar completa información sobre el etiquetado de alimentos para los cuales la FDA es competente, que es la mayoría de ellos.

<http://www.fda.gov/Food/default.htm>

Es a su vez, muy recomendable consultar la página web del *Code of Federal Regulations* o CFR, donde se recogen todas las regulaciones que desarrollan las leyes norteamericanas. En el caso de etiquetado debe consultarse la Sección 101 del Título 21 del Código, **21CFR101**.

http://www.access.gpo.gov/nara/cfr/waisidx_08/21cfrv2_08.html

Por último indicar que la normativa en materia de etiquetado puede sufrir modificaciones eventuales, por lo que se recomienda al exportador que permanezca atento a las revisiones de la Ley. Éstas se publican en el Registro Federal (*Federal Register*) con anterioridad a su fecha de efectividad. El Federal Register se publica de lunes a viernes y puede consultarse libremente en:

<http://www.gpoaccess.gov/fr/>



Una vez que una propuesta de reglamento se hace efectiva, pasa a formar parte del citado Code of Federal Regulations, el cual se actualiza anualmente.

Si a pesar de la información publicada en estos medios, el lector tiene dudas acerca del etiquetado de un determinado producto, puede dirigir su consulta al servicio de asistencia de la FDA:

Office of Nutrition, Labeling, and Dietary Supplements HFS-800
Center for Food Safety and Applied Nutrition
Food and Drug Administration
5100 Paint Branch Parkway
College Park, MD 20740

2. EXIGENCIAS DE ETIQUETADO DE ALIMENTOS POR PARTE DE LA FDA

Entre las competencias de la FDA se encuentra la regulación del etiquetado de alimentos así como velar, mediante el control y la inspección, por que los alimentos están correctamente etiquetados y en conformidad con dicha regulación. Las dos leyes federales de carácter general en la que se aborda el tema de etiquetado son la Ley Federal de Alimentos, Medicamentos y Cosméticos (*Federal Food, Drug, and Cosmetic Act, o FDC Act*), y la Ley sobre el etiquetado y embalaje (*Fair Packaging and Labelling Act*), que modifica a la primera. Aparte de estas dos leyes generales, existe todo un desarrollo reglamentario en materia de etiquetado, el cual queda recogido en el Código de Regulaciones Federales (*Code of Federal Regulations, o CFR*), en su título 21, sección 101 (**21CFR101**). El texto de y que puede consultarse en:

http://www.access.gpo.gov/nara/cfr/waisidx_08/21cfrv2_08.html

Junto con el texto legislativo, la FDA ha desarrollado una Guía sobre etiquetado, la "*Food Labelling Guide*", que está disponible en Internet y que resulta de gran utilidad para la industria. La Guía puede consultarse en:

<http://www.fda.gov/Food/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/GuidanceDocuments/FoodLabelingNutrition/FoodLabelingGuide/default.htm>

La FDA, como ya hemos indicado, tiene competencia efectuar inspecciones sanitarias de los productos importados incluyendo el control de etiquetado (21CFR 2.10 y 2.19). En caso de que la FDA renuncie a efectuar dicha inspección, sobre la base del historial de inspecciones de la compañía implicada o de la naturaleza del producto, se expide un documento que libera la mercancía para su comercialización en Estados Unidos ("*May Proceed*" notice). Este es el caso más corriente, ya que sólo un pequeño porcentaje (<2%) de los productos alimentarios importados en Estados Unidos son inspeccionados por la FDA.

Según la legislación federal todos los alimentos deben ir correctamente etiquetados. Ningún etiquetado requiere ser aprobado previamente, pero sí podrá ser objeto de inspección por parte de la FDA y es responsabilidad del fabricante o importador que el etiquetado sea expuesto adecuadamente y cumpla con todos los requisitos legales, aportando información veraz, completa, útil y precisa al consumidor. Quedan exentos de cumplir con los requisitos de etiquetado, los alimentos que se exporten a EE.UU. a granel, siempre que vayan a ser envasados y etiquetados a



su llegada a EE.UU. antes de la comercialización.

Existen dos tipos de etiquetado: **etiquetado obligatorio** y el **voluntario**, ambos regulados por la FDA en 21CFR101.

2.1. **Etiquetado obligatorio:**

Todos los alimentos, y conservas vegetales por tanto, tienen que llevar dos tipos de etiquetado obligatorio: el **general** y el **nutricional**.

Toda la información exigida por el etiquetado general y el nutricional, debe incluirse en el producto, ya sea en una sola etiqueta frontal, o bien en dos etiquetas (lo cual suele ser lo más habitual):

- Una **etiqueta de presentación principal** (*Principal Display Panel, o PDP*) en la que suele recogerse la información general y
- Una **etiqueta informativa**, que recoge fundamentalmente la información nutricional (*Information Panel, o IP*), aunque también puede incluir información del etiquetado general como por ejemplo la lista de ingredientes.

Más adelante se ofrecerán ejemplos de etiqueta de presentación principal e informativa.

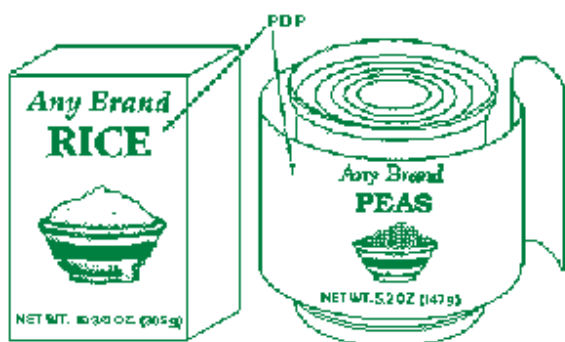
2.1.1. **Etiquetado general:**

La información obligatoria que debe aparecer en el **etiquetado general** es la siguiente:

- Nombre común o usual del alimento.
- La cantidad exacta del contenido (peso, volumen).
- El nombre y lugar del establecimiento del fabricante, envasador, o distribuidor,
- Lista completa de ingredientes, enumerados por su nombre común o usual, en orden descendiente a la cantidad presente en el producto.
- Presencia de alérgenos, si es el caso.

Además los servicios aduaneros exigen la indicación del país de origen en el etiquetado del producto.

Lo habitual es que toda esta información obligatoria aparezca en una etiqueta principal llamada **Principal Display Panel** o PDP que se coloca en la parte más visible del envase, generalmente la parte frontal o superior. Ver figura.



Etiqueta de presentación principal



El formato varía según el envase. Si se trata de un envase rectangular, la etiqueta deberá cubrir una cara completa, siendo su área al menos ocho veces el ancho de ese lado.

Si se trata de un envase cilíndrico o cuasi-cilíndrico existen dos opciones:

- que la etiqueta cubra el 40% del resultado de multiplicar la altura del contenedor por su circunferencia;
- que el ancho de la etiqueta sea un tercio de la circunferencia y su altura sea la misma que la del envase.

En aquellos envases con formas alternativas, la etiqueta cubrirá al menos el 40% de la superficie total del contenedor.

Información más completa con ejemplos en la Guía de la FDA:

<http://www.fda.gov/Food/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/GuidanceDocuments/FoodLabelingNutrition/FoodLabelingGuide/ucm064866.htm>

Veamos ahora con detalle cada uno de los elementos informativos que deben aparecer en la etiqueta principal o PDP.

2.1.1.1. *Indicación del nombre del producto*

Si el producto tiene un nombre común, será éste el que se indique en la etiqueta como declaración de identidad. Si el producto no tiene un nombre común, se usará un nombre descriptivo apropiado. Cuando la naturaleza del alimento es obvia, se puede utilizar simplemente el nombre de la marca. La etiqueta también debe indicar la forma en la que se vende el alimento: rebanado, entero, partido a la mitad, etc.

Debe evitarse el empleo de términos ambiguos para denominar el producto, tales como “carne”, así como vocabulario específico de los profesionales de la industria alimentaria, pero desconocido para el público en general, a menos que estos nombres vayan acompañados de una definición.

Por otro lado, si existe estándar de identidad para el producto regulado legalmente, el nombre para denominar el producto será el que exista para tal estándar. Si por el contrario no existiera deberá figurar su nombre común o usual.

Existen dos casos particulares a los que se aplican criterios específicos:

- Imitaciones: un alimento nuevo que se parece a otro tradicional y es sustituto del mismo, se debe etiquetar como una imitación, si dicho nuevo alimento contiene menos proteínas o una menor cantidad de cualquier vitamina o mineral esencial. Se usará el mismo tamaño y tipografía para el nombre del producto que para la palabra "imitación" (*imitation*). Más información en **21CFR 101.3 (e)**.
- Zumos: en el caso de los zumos (*juices*) también han de seguir unos criterios muy específicos. Únicamente las bebidas que son 100% zumo pueden llamarse “*juice*”. En las bebidas diluidas, y que por lo tanto contienen menos de un 100% de zumo, junto a la palabra “*juice*” debe añadirse un término como “*beverage*” o “*drink*” (refresco o bebida) o “*cocktail*”⁵



(combinado). Los zumos concentrados se deben etiquetar con términos tales como “*from concentrate*” o “*reconstituted*” (de concentrado). Otro caso particular es el de las bebidas multi-zumo: cuando la etiqueta anuncia uno o más de los zumos, pero no todos los presentes en su composición, y además el zumo nombrado en el envase de forma predominante está presente en la composición en un porcentaje inferior a los otros, el nombre del producto debe declarar que la bebida tiene únicamente sabor a ese zumo (*flavor*) o declarar la cantidad del mismo con un margen de error del 5%, por ejemplo: “*raspberry-flavored juice blend*” (combinación de zumos con sabor a frambuesa) o “*juice blend, 2 to 7 percent of raspberry juice*” (combinación de zumos, 2% a 7% de zumo de frambuesa). Más información en **21CFR101.30(e)**.

La declaración de la identidad del producto deberá colocarse en líneas paralelas a la base del paquete o envase, y con una escritura grande o en negrita. Debe estar redactada en inglés, aunque puede ir acompañada de otras versiones en idiomas extranjeros. El tamaño de la letra utilizado para la declaración de identidad debe estar en relación directa con la mayor información impresa en la etiqueta frontal. Se suele exigir que el nombre tenga un tamaño no inferior a la mitad del cuerpo de la impresión más grande existente en la etiqueta.

Para saber lo que la legislación establece acerca de la identidad del producto consúltese **21CFR101.3**

2.1.1.2. *Indicación del contenido neto*

La declaración del contenido neto (“*Net Quantity of Contents*” o “*Net Content Declaration*”) es la cantidad de alimento contenida en el envase o recipiente, no incluyendo el peso del recipiente, envolturas, o material de embalaje. Informa al consumidor sobre la cantidad de alimento contenida en el envase, y además facilita la comparación de precios.

El dato debe ser veraz y preciso, si bien pueden darse desviaciones mínimas, como consecuencia de la manipulación del alimento. No deben utilizarse frases calificativas o términos que exageren la cantidad de alimento (por ejemplo, “onza grande”).

El contenido neto debe indicarse en ambos sistemas de medida: el métrico decimal (gramos, kilogramos, mililitros, litros, etc.) y el anglosajón (onzas, libras, galones, etc.), por ejemplo, “*Net weight 8 oz. (226 g)*”. En lugar del término *weight* (peso), se puede utilizar el término *mass* (masa) cuando se declara la cantidad de un alimento sólido. “Contenido neto” es uno de los términos opcionales para alimentos líquidos.

El contenido neto irá siempre ubicado en el tercio inferior de la etiqueta de presentación principal, generalmente en líneas paralelas a la base del recipiente, debiendo ser visible, llamativo y fácil de leer. Debe representarse en letra negrita o que resalte de algún modo. La declaración métrica puede indicarse antes, después, encima o debajo de la declaración anglosajona.

La tipografía mínima requerida está en función del área de la etiqueta de presentación principal, siendo el mínimo 1/16 de pulgada (1,6mm) para una etiqueta de presentación principal con un área de 5 pulgadas cuadradas (32 cm²) o menos. El tamaño deberá aumentar hasta media pulgada (12,7mm) para etiquetas de presentación principal de más de 400 pulgadas cuadradas (2.580 cm²). En cuanto a la altura, ésta no debe superar el triple del ancho de las letras.



Más información sobre especificaciones técnicas se puede encontrar en **21CFR 101.105**

2.1.1.3. Nombre y dirección del fabricante, envasador o distribuidor:

Esta información queda regulada en **21CFR 101.5** y puede aparecer en la etiqueta principal PDP o en la informativa, siendo esto lo más habitual (véase apartado 2.1.2 Etiquetado nutricional).

Si el producto no ha sido fabricado por la firma que aparece en la etiqueta entonces deberá ir precedido de la mención “*Manufactured for...*” o “*Packaged by...*” o “*Distributed by...*”

2.1.1.4. Declaración de ingredientes:

Esta información puede aparecer en la etiqueta principal o en la informativa (Véase el apartado 2.1.2 Etiquetado nutricional de esta nota).

2.1.1.5. País de origen:

Aunque ésta no sea una regulación propia de la FDA sino del *Customs and Border Protection* (Aduanas), por su importancia y consecuencias, es importante saber que los productos exportados a EE.UU., con escasas excepciones, deben ir marcados, de una manera tan visible, tangible, imborrable y permanente como lo permita la naturaleza del/los artículo/s, su etiquetado o sus envoltorios, con el **nombre en inglés del lugar de origen** del/los mismo/s (“*Made in...*”), con objeto de informar claramente comprador último de su procedencia. En el caso de que el marcado sea defectuoso en el momento de pasar el control de Aduanas, se le impondrá a las manufacturas importadas una tasa adicional del 10% sobre el valor establecido de aduana, salvo que sean destruidos, reexportados o corregidos sus respectivos marcajes bajo la supervisión de los servicios aduaneros (ver regulaciones en **19CFR134**). El marcado de “*Made in CE o UE*” en lugar de “*Made in Spain*” **no es aceptado**. Incluso aunque el marcado de origen no estuviera en la etiqueta principal, éste deberá ser manifiesto (hay quien recomienda que se sitúe justo debajo de la denominación del producto).

2.1.1.6. Presencia de alérgenos:

La FDA exige que se incluya en el etiquetado, si ese es el caso, un aviso sobre la presencia de alérgenos. En cumplimiento de esta disposición, los fabricantes deben indicar en el listado de ingredientes, en inglés, la presencia de ingredientes que contengan proteínas derivadas de la leche, los huevos, el marisco, el pescado, el trigo, los frutos secos con cáscara (*nuts*), cacahuets y/o soja. Otra opción es indicar en el etiquetado a continuación del listado de ingredientes, o al lado del mismo “*Contains*” seguido de la fuente del alérgeno. Esta disposición afecta incluso al etiquetado de especias, aderezos, colorantes y aditivos. En el siguiente vínculo de Internet se tiene acceso a información adicional al respecto:

<http://www.fda.gov/Food/LabelingNutrition/FoodAllergensLabeling/default.htm>

2.1.2. Etiquetado nutricional:

La reglamentación sobre **etiquetado nutricional**, también desarrollada por la FDA, queda recogida,



junto con los requisitos del etiquetado general, en **21CFR101**.

El etiquetado nutricional incorpora una gran cantidad de información, como por ejemplo las calorías por ración del producto alimentario, tamaño recomendable de la ración, cantidad de cada uno de los nutrientes (sodio, potasio, hidratos de carbono, proteínas, minerales, vitaminas, grasa total, grasa saturada y no saturada, y colesterol) y aporte energético de cada uno de ellos.

Además, se pueden incluir ciertos reclamos de salud, siempre que éstos estén aprobados y autorizados por la FDA.

También es obligatorio indicar en el etiquetado nutricional el contenido de **ácidos grasos trans**. Puede consultarse en Internet una guía publicada por la FDA sobre este asunto:

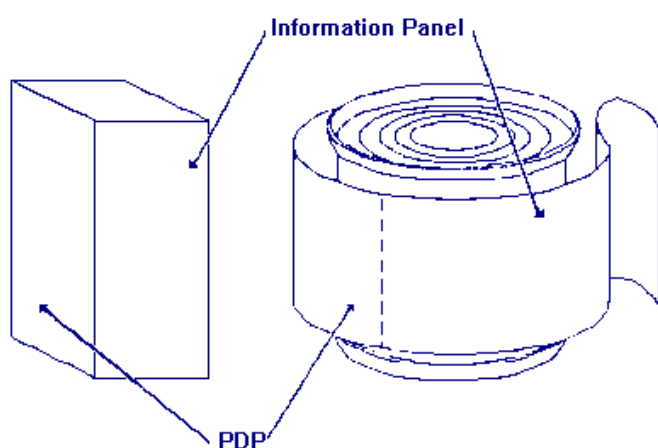
<http://www.fda.gov/Food/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/GuidanceDocuments/FoodLabelingNutrition/ucm053479.htm>]

En general, la elaboración de una etiqueta informativa puede parecer una tarea complicada, especialmente la parte referida a etiquetado nutricional, el cual debe ajustarse y cumplir con unas reglas muy estrictas, sobre forma y contenido. Por ello precisamente, buena parte de esta nota se dedicará a conocer con más detalle los requisitos de la etiqueta informativa y cómo debe confeccionarse.

En primer lugar veremos qué información debe incluirse en la etiqueta nutricional y de qué manera debe presentarse. Posteriormente dedicaremos un apartado a ver los diferentes formatos de etiqueta, con ejemplos ilustrativos, los cuales pueden depender del tamaño del envase.

2.1.2.1. *¿Cómo debe presentarse la información nutricional en el etiquetado?*

Toda la información nutricional debe recogerse en lo que se conoce como **etiqueta informativa, Information Panel, o IP**. Esta etiqueta debe colocarse inmediatamente a la derecha de la etiqueta de presentación principal que comentamos anteriormente, a menos que no haya espacio suficiente o resulte inapropiada su ubicación, caso en el que se colocaría en la siguiente superficie disponible a la derecha de la etiqueta de presentación principal.



Etiqueta informativa



En caso de que no hubiera espacio suficiente ni en la etiqueta de presentación principal ni en la etiqueta informativa, la FDA permite que la información sobre nutrición aparezca en cualquier etiqueta fácilmente visible por el consumidor. El propósito es reducir la aglomeración de datos al tiempo que se alienta a los fabricantes a proporcionar la mayor cantidad de información posible sobre el contenido nutritivo del producto.

Más información sobre la ubicación de la etiqueta nutricional puede hallarse en el **Título 21, 101.2 (b), 101.2 (d)(1), y 101.9(j)(17) del CFR.**

En la etiqueta informativa podemos encontrar los siguientes elementos:

- a) *Información nutricional*
- b) *Lista de ingredientes (si no se han incluido en la etiqueta principal)*
- c) *Nombre y dirección del fabricante, envasador o distribuidor (en el caso de que no se haya incluido en la etiqueta principal)*
- d) *Mensajes descriptores sobre el contenido nutritivo y*
- e) *Reclamos de salud si están autorizados y procede*

En el caso de que los tres primeros elementos, información nutricional, ingredientes y datos del fabricante, envasador o distribuidor, aparezcan en la etiqueta informativa, formarán un solo bloque de información y, no deberán intercalarse otros elementos informativos. Por ejemplo, el llamado Código Universal del Producto (Universal Product Code o UPC) no puede aparecer entremezclado con la información sobre nutrición, ni tampoco puede aparecer un reclamo acerca de las ventajas de salud del producto, o la marca del mismo, en medio de la lista de ingredientes. Insistimos en que si no hay espacio suficiente en la etiqueta informativa para estos tres elementos, la información se podrá dividir entre la etiqueta de presentación principal y la etiqueta informativa.

Veamos con detalle cada uno de estos elementos por separado.

a. Información nutricional

El primer elemento que veremos es la información nutricional o componentes nutritivos del alimento. Debe indicarse dentro de la etiqueta informativa bajo el rótulo “*Nutrition Facts*”. Esta información es obligatoria para la mayoría de los productos (véase apartado excepciones) y los datos que deben aparecer en la etiqueta nutricional son:

- **Contenido dietético:** Ciertos nutrientes deben aparecer de forma **obligatoria** mientras que otros pueden presentarse de forma **voluntaria**. Ninguna otra sustancia diferente de las mencionadas podrá figurar en esta etiqueta. Las denominaciones de los nutrientes que deben emplearse así como el orden en que deben aparecer y el carácter obligatorio o voluntario, quedan recogidos en la siguiente tabla (ver **21CFR 101.9 (c)**).

Inclusión	Denominación en español	Denominación en inglés
Obligatoria	Calorías totales	Total calories
Obligatoria	Calorías de la grasa	Calories from fat
Voluntaria	Calorías de grasa saturada	Calories from saturated fat
Obligatoria	Grasa total	Total fat



Obligatoria	Grasa saturada	Saturated fat
Obligatoria	Ácidos grasos TRANS	Trans Fat
Voluntaria	Grasa polisaturada	Polyunsaturated fat
Voluntaria	Grasa monosaturada	Monounsaturated fat
Obligatoria	Colesterol	Cholesterol
Obligatoria	Sodio	Sodium
Voluntaria	Potasio	Potassium
Obligatoria	Carbohidratos totales	Total carbohydrate
Obligatoria	Fibra dietética	Dietary fiber
Voluntaria	Fibra soluble	Soluble fiber
Voluntaria	Fibra insoluble	Insoluble fiber
Obligatoria	Azúcares	Sugars
Obligatoria	Azúcar-Alcohol	Sugar Alcohol
Obligatoria	Otros carbohidratos	Other carbohydrates
Obligatoria	Proteínas	Protein
Obligatoria	Vitamina A	Vitamin A
Voluntaria	Porcentaje de Vitamina A presente como beta-caroteno	Percent of vitamin A present as beta-carotene
Obligatoria	Vitamina C	Vitamin C
Obligatoria	Calcio	Calcium
Obligatoria	Hierro	Iron
Voluntaria	Otras vitaminas y minerales esenciales: (Vitamina D, Vitamina E, Tiamina, Riboflavina, Niacina, Vitamina B6, Folato, Vitamina B12, Biotina, Ácido pantoténico, Fósforo, Yodo, Magnesio, Zinc, Cobre)	Other essential vitamins and minerals: (Vitamin D, Vitamin E, Thiamin, Riboflavin, Niacin, Vitamin B6, Folate, Vitamin B12, Biotin, Pantothenic acid, Iodine, Magnesium, Zinc, Copper)

Si se realiza cualquier declaración sobre algún nutriente de inclusión voluntaria, o si el alimento está fortalecido o enriquecido con este tipo de nutrientes, la información sobre los mismos se convierte en obligatoria.

Más información puede encontrarse en **21CFR 101.13 21CFR105 y 107**, y en **21 CFR 101.13 (b)**.

Se recuerda que deberá incluirse obligatoriamente en la etiqueta el contenido en **ácidos grasos trans** junto con la grasa saturada. Para ampliar esta información consúltese:

<http://www.fda.gov/Food/LabelingNutrition/ConsumerInformation/ucm109832.htm>

- **Tamaño de la ración:** Según la legislación de EEUU la **ración** es la cantidad de producto que se consume por persona (mayor de cuatro años) cada vez. Este dato se calcula a partir de estudios nacionales sobre el consumo de alimentos, de los que se elaboran listados de referencia establecidos por la FDA - "Referencias sobre Cantidades de Consumo por Ocasión"¹⁰



(*Reference Customarily Amounts Consumed Per Eating Occasion*) – para un gran número de categorías de productos, incluyendo alimentos especialmente formulados o procesados para bebés o niños menores de cuatro años de edad. Estos listados quedan recogidos en **21CFR101.12**.

http://edocket.access.gpo.gov/cfr_2002/aprqtr/pdf/21cfr101.12.pdf

Las raciones deben ser uniformes y reflejar las cantidades que las personas ingieren normalmente, y se pueden expresar en:

- Medidas caseras: la FDA reconoce las siguientes medidas caseras: taza (240ml), cuchara (15ml), cucharilla (5ml), trozo, rodaja o rebanada, porción (tal como "1/4 de pizza") y recipientes comunes del hogar que se utilizan para envasar alimentos (como un frasco o una bandeja).
- Sistema métrico decimal: gramos (g) y mililitros (ml).
- Onzas: pero sólo si una medida casera no es aplicable, y se ha de acompañar de una unidad visual apropiada, como por ejemplo: 1oz (28g, aproximadamente 1/2 pepinillo).
- Unidades precisas: sería el caso de las galletas, los dulces y productos rebanados. La ración de estos productos será el número de unidades enteras que más se aproxima a la cantidad de referencia. Bajo la categoría de "productos de panadería", la cantidad de referencia para las galletas es de 30g (*1 serving size*). La medida casera más cercana a esa cantidad es el número de galletas que pesan alrededor de 30g. Así, la ración indicada en la etiqueta de un paquete de galletas en el que cada galleta pesa 13g sería de "2 galletas (26g)". Si la unidad pesa más del 50% pero menos del 200% de la cantidad de referencia, la ración es de una unidad. Por ejemplo, la cantidad de referencia para el pan es de 50g; por consiguiente, la etiqueta de una barra de pan en el que cada rebanada pesa más de 25g indicaría que el "*serving size*" es de una rebanada.
- Ciertas reglas se aplican a alimentos que se envasan y venden individualmente. Si un paquete con un solo producto representa menos del 200% de la cantidad de referencia aplicable, el artículo se califica como una ración. De este modo, una lata de soda de 360 ml (12 onzas) constituye una ración, ya que la cantidad de referencia para bebidas carbonatadas es de 240ml (8 onzas). Sin embargo, si el producto tiene una cantidad de referencia de 100g o 100ml o más, y el paquete contiene más del 150% pero menos del 200% de la cantidad de referencia, el fabricante tiene la opción de decidir si el producto puede ser una o dos raciones.

El contenido de cada nutriente existente en el producto, debe indicarse siempre en relación a la ración ("*serving*" o "*serving size*").

Para obtener más información acerca de cómo se **calcula la ración** se recomienda consultar **21CFR101.9 y 12**.

- **Valor diario:** El llamado "Valor Diario de Referencia" o DRVs (Daily Reference Values) es la cantidad recomendada por los servicios de salud estadounidense, que de cada uno de los nutrientes más importantes debe consumirse a diario, tomando como base una dieta de 2000 calorías. Este valor debe tomarse como referencia a la hora de elaborar la etiqueta. Estas recomendaciones se resumen en la siguiente tabla en la que se ha indicado la ingesta recomendada para cada uno de los nutrientes básicos de la dieta, así como el aporte energético que supone la ingesta de cada nutriente, siempre sobre la base de una dieta de 2000 calorías:



Componente	DRV Valor de Referencia diario	Calorías
Grasa	65 g	600
Ácidos grasos saturados	20 g	
Colesterol	300 mg	
Total Hidratos de carbono	300 g	1200
Fibra	25 g	
Sodio	2400 mg	
Potasio	3500 mg	
Proteína	50 g	200
CALORÍAS TOTALES		2000

- En la etiqueta nutricional de cada producto deberá indicarse el nombre de los macronutrientes grasa, colesterol, sodio, hidratos de carbono y proteínas, y seguidamente, a la derecha de cada macronutriente, se indicará en una columna encabezada con la denominación “% Daily Value” el tanto por ciento que la ingesta de una ración (serving size) de ese producto supone, con respecto al Daily Reference Value recomendado para cada uno de los macronutrientes (véase la siguiente figura).

Sample label for
Macaroni & Cheese

Nutrition Facts	
Serving Size 1 cup (228g) Servings Per Container 2	
Amount Per Serving	
Calories 250	Calories from Fat 110
	% Daily Value*
Total Fat 12g	18%
Saturated Fat 3g	15%
Trans Fat 3g	
Cholesterol 30mg	10%
Sodium 470mg	20%
Total Carbohydrate 31g	10%
Dietary Fiber 0g	0%
Sugars 5g	
Protein 5g	
Vitamin A	4%
Vitamin C	2%
Calcium	20%
Iron	4%
* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie needs.	
	Calories: 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65g 80g
Sat Fat	Less than 20g 25g
Cholesterol	Less than 300mg 300mg
Sodium	Less than 2,400mg 2,400mg
Total Carbohydrate	300g 375g
Dietary Fiber	25g 30g

Junto al listado de porcentajes de valores diarios debe incluirse una nota indicando que dichos porcentajes están basados en una dieta de 2.000 calorías diarias. Algunas etiquetas, al menos las de paquetes grandes, pueden incluir además alguna nota adicional del tipo: “Cada persona deberá tomar más o menos componentes nutritivos dependiendo de sus necesidades” o “Listado de los valores diarios de ciertos nutrientes de una dieta de 2.000 a 2.500 calorías”. Véase la siguiente figura.

Según esta etiqueta, la ración individual o serving size de macarrones con queso, es 228 g.

La ingesta de 228g de macarrones, significa un aporte de grasas del 18% del total de grasas que un adulto ingiere siguiendo una dieta promedio de 2000 calorías. Estos mismos 228 g de macarrones aportan el 10% de colesterol, 20% de sodio y 10% de hidratos de carbono, del aporte total recomendado en una dieta promedio de 2000 calorías.



Los DRVs para nutrientes productores de energía se calculan de la siguiente manera:

- 30% de las calorías aportadas por grasa (de las cuales el 10% se aportaría en forma de grasa saturada);
- 60% de las calorías aportadas por hidratos de carbono;
- 10% de las calorías aportadas por proteínas (El DRV de proteína es aplicable sólo a adultos y niños mayores de 4 años de edad. Se han establecido ciertos RDIs de proteína para grupos de población especiales.);
- la fibra se calcula en 11,5g de fibra por cada 1.000 calorías.

De acuerdo con las recomendaciones públicas sobre salud, los DRVs de algunos nutrientes representan el límite máximo recomendado.

El listado de porcentajes de valores diarios ha de llevar una nota indicando que dichos porcentajes están basados en una dieta de 2.000 calorías diarias. Algunas etiquetas, al menos las de paquetes grandes, pueden incluir además algunas notas adicionales como: "Cada persona deberá tomar más o menos componentes nutritivos dependiendo de sus necesidades" o "Listado de los valores diarios de ciertos nutrientes de una dieta de 2.000 a 2.500 calorías".

EXCEPCIONES:

Como ya hemos indicado, la información nutricional es obligatoria. No obstante los siguientes **alimentos están exentos de cumplir con esta obligación:**

- Alimentos de consumo inmediato, como los servidos en cafeterías de hospital y durante vuelos, o en sistemas de comercialización como mostradores de venta de galletas en supermercados, carritos de venta ambulante y máquinas expendedoras. **Título 21, 101.9 (j) (2) del CFR.**
- Alimentos preparados que, aunque no sean de consumo inmediato, se preparen o consuman principalmente en el punto de venta. Por ejemplo, productos de panadería, ultramarinos y dulces o confitería en general. **Título 21, 101.9 (j) (3) del CFR.**
- Alimentos a granel, siempre y cuando no se vendan como tales al consumidor final, sino que vayan a ser procesados y embalados previamente. **Título 21, 101.9 (j) (9) del CFR.**
- Alimentos medicinales, como aquellos suministrados a pacientes con determinadas enfermedades con el fin de cubrir sus necesidades nutritivas. **Título 21, 101.9 (j) (8) del CFR.**
- Café y té, algunas especias, y otros alimentos que no contienen apenas propiedades nutritivas. **Título 21, 101.9 (j) (4) del CFR.**
- Alimentos de un único ingrediente, o alimentos crudos, que cumplan además ciertos requisitos.
- Envases donde se indique "*Producto no etiquetado para la venta al detalle*", que formen parte de un paquete múltiple, y cuyo envase exterior incluya la etiqueta. **Título 21, 101.9 (j) (15) del CFR.**
- Pescado o marisco fresco. **Título 21, 101.9 (j) (10) y 101.45 del CFR.**



- Alimentos procedentes de donaciones y que se ofrezcan al consumidor gratuitamente, siempre y cuando el producto no vaya a ser posteriormente puesto a la venta (la normativa de etiquetado se aplica únicamente a aquellos productos destinados a la venta). **Título 21, 101.9 (a) del CFR.**
- Determinada carne de pescado de un único ingrediente. **Título 21, 101.9 (j) (11) del CFR.**
- Alimentos infantiles (para niños de hasta 4 años de edad), que tienen una etiqueta nutricional particular. **Título 21, 101.9 (j) (5) y 101.9 (j) (7) del CFR.**
- Cartones de huevos que cumplan determinados requisitos. **Título 21, 101.9 (j) (14) del CFR.**
- Suplementos dietéticos, que deben cumplir con lo estipulado en el **Título 21, 101.36 del CFR.**
- Determinada carne de caza, de acuerdo a lo establecido en el **Título 21, 101.9 (a) (2) del CFR.**

También están exentos de incluir una etiqueta nutricional en el producto, aquellos productos elaborados por **empresas pequeñas** que reúnan una serie de requisitos basados en el número de personas que trabajan en la misma, y el número de unidades que son capaces de producir al año. Los casos de **exención** son los siguientes:

- Pequeños comercios cuyo volumen de ventas anual no supere los 500.000 dólares o cuyas ventas en alimentación no superen los 50.000 dólares. **Título 21, 101.9 (j) (1) del CFR.**
- Empresas de menos de 100 empleados y que producen menos de 100.000 unidades al año. **Título 21, 101.9 (j) (18) y 21 101.36 (h) del CFR.**

La FDA publica una guía: "Small Business Nutrition Labeling Exemption Guidance" en la que se explica el procedimiento e incluye el formulario que se debe cumplimentar para solicitar la exención de etiquetado nutricional:

<http://www.fda.gov/Food/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/GuidanceDocuments/FoodLabelingNutrition/ucm053857.htm>

A pesar de estar exentas de mostrar la etiqueta nutricional, aquellas empresas que lo deseen pueden incluir información sobre las cualidades nutritivas de sus alimentos, siempre y cuando ésta se muestre conforme a la legislación en materia de etiquetado. **Las empresas exentas perderán este privilegio si sus etiquetas contienen algún mensaje publicitario sobre nutrición o salud.**

b. Declaración de ingredientes

El segundo elemento o declaración de ingredientes, es el listado de todos los ingredientes de que se compone el alimento. Es obligatoria para alimentos envasados compuestos de dos o más ingredientes. Los ingredientes se ordenan por peso, en orden decreciente, y deben identificarse por su nombre común o habitual a menos que exista una regulación que exija un término diferente ("azúcar" en lugar de "sacarosa", por ejemplo). Deberán indicarse los conservantes, colorantes, aromas, especias, etc..., debiéndose prestar especial cuidado al respecto.

Insistimos en que la declaración de ingredientes podrá ir indistintamente en la etiqueta principal o en la informativa. No obstante, si se coloca junto a la información nutricional, hay que señalar que no



puede meterse dentro del recuadro correspondiente a ésta, ya que está estrictamente reservado - por norma - a los datos exclusivos (y en su orden) a los que nos hemos referido anteriormente en el epígrafe "Contenido dietético".

Algunos aspectos relevantes a tener en cuenta son:

- El agua añadida en el proceso de fabricación del alimento se considera un ingrediente y se debe listar en la etiqueta en el orden correspondiente a su peso.
- Los alimentos constituidos por dos o más unidades concretas, como la tarta de manzana, que por un lado tiene relleno de manzana y por otro una pasta de hojaldre, llevarán una declaración separada de ingredientes para cada una de las unidades que constituyen el alimento.
- Los aditivos secundarios que no tienen una función o efecto técnico en el producto final no necesitan ser declarados en la etiqueta. Un aditivo secundario suele aparecer como ingrediente de otro ingrediente.
- Se permite incluir una referencia a las grasas alternativas y a los ingredientes oleaginosos, sólo en el caso de alimentos que los contienen en cantidades relativamente pequeñas (alimentos en los cuales las grasas añadidas o aceites no son ingredientes predominantes) y sólo si el fabricante es incapaz de predecir qué grasa o aceite se utilizará. Un ejemplo sería el aceite vegetal (ejemplo: contiene uno o más de los siguientes ingredientes: aceite de maíz, aceite de soja o aceite de girasol).
- Los conservantes químicos que hayan sido aprobados y se añadan al producto deben indicarse en la lista de ingredientes con su nombre común, indicando además la función que desarrollan a través de la utilización de términos como "conservante" (*preservative*), "protector de sabor" (*to help protect flavor*), etc.
- Las especias y los sabores naturales y artificiales se pueden indicar usando sus nombres comunes o genéricos, tales como "especias" (*spices*), "aroma" (*flavor*), "aroma natural" (*natural flavor*) o "aroma artificial" (*artificial flavor*). Las especias que también son colorantes pueden identificarse como "especia y colorante" (*spice and coloring*) o por su nombre real, como por ejemplo "pimentón" (*paprika*), "azafrán" (*saffron*), etc.
- Los colorantes artificiales deberán mencionarse con el nombre específico o abreviado si están certificados, como "FD y C Rojo No. 40" (*FD&C Red No. 40* ó *Red 40*). Los colorantes no certificados pueden incluirse como "colorantes artificiales" (*artificial color, artificial coloring*) o con su nombre común, como por ejemplo "colorante de caramelo" (*caramel coloring*).
- Las bebidas que anuncian un contenido de zumo (de fruta o verdura) deben indicar el porcentaje total del mismo en la parte superior de la etiqueta informativa. Sólo la marca, el nombre, el logotipo o el código universal del producto pueden colocarse por encima de la declaración del contenido de zumo. La tipografía utilizada para indicar el porcentaje de zumo no debe ser inferior a la mayor tipografía utilizada en la etiqueta (exceptuando la utilizada por encima de la declaración de contenido de zumo y aquella utilizada bajo "Datos Nutricionales" (*Nutrition Facts*)). Las bebidas que sólo contienen una pequeña cantidad de zumo para dar sabor no requieren la declaración de porcentaje de zumo, siempre y cuando se describa el producto con el término *flavor* ("aroma", "sabor") o *flavored* ("aromatizado") y no se emplee el término *juice* ("zumo") más



que en el listado de ingredientes. Tampoco deberán utilizarse ilustraciones y símbolos que den la impresión de que la bebida contiene zumo.

El listado de ingredientes se ubicará en la misma etiqueta en la que aparezcan los datos del fabricante, envasador o distribuidor, generalmente la etiqueta informativa. Dentro de la misma, el orden con respecto a los datos nutricionales y del fabricante, envasador o distribuidor es aleatorio. La tipografía que debe usarse es una altura de letra no inferior a 1/16 de pulgada, debiendo ésta contrastar con el fondo de la etiqueta, con el fin de facilitar la lectura. Información adicional puede encontrarse en **21 CFR 101**.

c. Nombre y dirección del fabricante, envasador o distribuidor

Al igual que sucede para el caso de la lista de ingredientes, esta información puede colocarse en la etiqueta principal o en la informativa (nunca dentro del recuadro de la información nutricional).

La etiqueta debe mostrar el nombre y la dirección completa del fabricante, planta transformadora o distribuidor. Existen así tres posibilidades:

- si el alimento ha sido manufacturado para la empresa por otro fabricante distinto, esto debe indicarse utilizando la frase “fabricado para...” (*manufactured for...*),
- si el nombre que aparece es el de la planta envasadora, deberá indicarse mediante la expresión “envasado por...” (*packed by...*),
- si el nombre que aparece es el del distribuidor, deberá indicarse mediante la frase “distribuido por...” (*distributed by...*).

Se entiende por dirección completa, la calle, número, municipio, provincia y código postal.

En los casos en los que los datos de la empresa que figuran en la etiqueta no corresponden al fabricante sino al distribuidor, la ley obliga a indicar el país de origen del alimento. El país de origen debe indicarse, ya sea en la etiqueta de presentación principal o en la informativa, siempre en un lugar próximo a la dirección del distribuidor, y con una tipografía clara y de tamaño no inferior a la empleada para los datos del distribuidor.

d. Mensajes descriptores sobre el contenido nutritivo:

Hay ciertos mensajes acerca del contenido nutritivo del alimento, cuya inclusión es **voluntaria**, y responden al interés del fabricante en dar a conocer ciertas propiedades de su producto. Son reclamos dirigidos al consumidor en los que se llama la atención sobre el nivel de algunos nutrientes contenidos en el producto. Por ejemplo: “bajo en grasa” (*low fat*). Estos reclamos reciben el nombre de “descriptores”.

El tamaño del descriptor de un nutriente determinado no debe ser mayor del doble de la declaración de identidad (nombre del alimento) y ha de ir seguido de una referencia (por ejemplo, “ver la etiqueta lateral para información nutricional”, *See side panel for nutrition information*), a menos que dicho anuncio aparezca en la misma etiqueta donde aparece la información nutricional.

Si por el contrario, un alimento contiene un exceso de alguna de las sustancias siguientes: grasa (13.0g), grasa saturada (4.0g), colesterol (60mg), sodio (480mg), calculadas en base a la ración



mencionada en la etiqueta, o de 50g de producto en los supuestos en que la ración no supere los 30g o sea inferior a 2 cucharadas soperas, es **obligatorio** indicar que ese determinado nutriente excede los límites prescritos. Un a forma de hacerlo puede ser: “ver al dorso para información sobre sodio y otros nutrientes”, *See back panel for information about sodium and other nutrients*.

Para obtener más información consúltese **21CFR 101.13**

Los términos descriptores más habituales son los siguientes:

- **FREE** (SIN). Indica que un producto no contiene (o su cantidad es insignificante) uno o varios de los siguientes nutrientes: grasa, grasa saturada, colesterol, sodio, azúcar y calorías. Por ejemplo, *calorie-free* (“sin calorías”) significa que el producto tiene menos de 5 calorías por ración; *sugar-free* (“sin azúcar”) y *fat-free* (“sin grasa”) significan que el producto tiene menos de 0,5g de estas sustancias por ración. Sinónimos aceptados para la palabra *free* son *without* (“sin”), *no* y *zero* (“cero”).
- **GOOD SOURCE OF** (BUENA FUENTE DE), **CONTAINS** (CONTIENE), **PROVIDES** (PROPORCIONA). Este término indica que una ración del producto contiene entre el 10% y el 19% del valor diario de un nutriente determinado, excluidos los hidratos de carbono. **21 CFR 101.54(b)(1)**
- **HIGH** (ALTO), **RICH IN** (RICO EN) o **EXCELLENT SOURCE OF** (EXCELENTE FUENTE DE). Se puede usar cualquiera de estos términos cuando el producto contiene el 20 % o más del valor diario de un nutriente determinado en una sola ración. Se emplea para describir proteínas, vitaminas, minerales, fibra o potasio, pero no hidratos de carbono. **21 CFR 101.54(b)(1)**
- **HIGH POTENCY** (ALTO POTENCIAL). Se usa cuando determinadas vitaminas o minerales están presentes en el 100% o más de la cantidad diaria recomendada. Ejemplos de estas expresiones son “Alto potencial multivitamínico” (*High potency multivitamin*) o “Suplemento dietético multimineral en pastillas” (*Multimineral dietary supplement tablets*).
- **LEAN y EXTRA LEAN** (MAGRO y EXTRA MAGRO). Estos términos se pueden emplear para describir el contenido de grasa en la carne, el pollo, el pescado y otros productos de caza.
 - *Lean*: menos de 10g de grasa, 4.5g o menos de grasa saturada, y menos de 95mg de colesterol por ración y por 100g.
 - *Extra Lean*: menos de 5g de grasa, menos de 2g de grasa saturada, y menos de 95mg de colesterol por ración y por 100g
- **LESS** o **FEWER** (MENOS). Este término significa que un producto, alterado o no, contiene un 25% menos de un nutriente o un 25% menos de calorías que el alimento de referencia. Por ejemplo, los *pretzels* que contienen un 25% menos de grasa que las patatas fritas podrían incluir un mensaje de *Less*. *Fewer* es un sinónimo aceptado.
- **LIGHT** o **LITE** (LIGERO). Este término puede significar dos cosas:
 - Que un producto alterado nutritivamente contiene un tercio menos de calorías o la mitad de grasa que el producto de referencia. Si el 50% de las calorías del producto de referencia proviene de la grasa, la reducción deberá ser del 50% de esa grasa.



- Que el contenido de sodio en un producto bajo en calorías (*low-calorie*) y bajo en grasas (*low-fat*) ha sido reducido en un 50% o más. Además, *light in sodium* puede ser utilizado en productos en los que el contenido de sodio ha sido reducido al menos un 50%.

El término *light* también se puede utilizar para describir propiedades como textura o el color de un alimento, siempre y cuando la etiqueta explique cual es la intención, por ejemplo *light brown sugar* o *light and fluffy*.

- **LOW** (BAJO EN). Se podrá utilizar este término en aquellos productos que se puedan consumir frecuentemente sin exceder las pautas dietéticas de alguno de los siguientes nutrientes: grasas, grasas saturadas, colesterol, sodio, y calorías, siendo los “términos descriptores” los siguientes:
 - *Low-Fat* (Bajo en grasas): 3g o menos por ración
 - *Low-Saturated Fat* (Bajo en grasas saturadas): 1g o menos por ración.
 - *Low-Sodium* (Bajo en sodio): 140mg o menos por ración.
 - *Very Low Sodium* (Muy bajo en sodio): 35mg o menos por ración
 - *Low-Cholesterol* (Bajo en colesterol): 20mg o menos, y 2g o menos de grasa saturada por ración.
 - *Low-Calorie* (Bajo en calorías): 40 calorías o menos por ración.

Como sinónimos de *low* se aceptan *little* (“poco”), *few* (“pocos”) y *low source of* (“fuente insignificante de”). Título 21 101.13(e)(1) de CFR

- **MORE** (MÁS), **EXTRA** (EXTRA), **PLUS** (PLUS). Este término indica que la ración de un producto, alterado o no, contiene al menos un 10% más de un nutriente (vitaminas, minerales, proteínas, fibra o potasio) en su valor diario, que el producto de referencia. El criterio del 10% también se aplica a mensajes que contienen los términos **FORTIFIED** (FORTALECIDO), **ENRICHED** (ENRIQUECIDO) y **ADDED** (AÑADIDO), pero en estos tres casos el producto tiene que estar alterado.
- **MODIFIED** (MODIFICADO). Se utiliza en afirmaciones sobre un nutriente que incluyen una comparación con los niveles de referencia, por ejemplo *Modified Fat Cheese Cake, contains 35% Less Fat than our Regular Cheese Cake*, (“Pastel de queso con grasa modificada, contiene un 35% menos de grasa que el pastel de queso normal”).
- **FIBER** Alusiones a la FIBRA. Si un alimento no es bajo en grasa total, debe indicar el valor de la grasa total junto con una referencia a la fibra del tipo *More Fiber* (“Más fibra”).
- **REDUCED** (REDUCIDO). Este término significa que un producto alterado nutritivamente contiene como mínimo un 25% menos de un nutriente o un 25% menos de calorías que el producto normal o de referencia. Sin embargo, no se puede decir que un producto es *reduced* si el producto de referencia ya reúne los requisitos para anunciar que es *low*. Se permite el empleo de abreviaturas para estos términos y sus sinónimos, como *hi* o *lo*, siempre y cuando dichas expresiones alternativas no generen confusión.



- **BABY FOODS** (ALIMENTOS INFANTILES). La *FDA* no permite un uso extensivo de reclamos de nutrientes en los alimentos infantiles. Sin embargo, dicha agencia podrá proponer la inclusión de otros reclamos para este tipo de productos. Los términos *unsweetened* (“no azucarado”) y *unsalted* (“no salado”) están permitidos, porque se refieren al sabor y no al contenido nutritivo.
- **FRESH** (FRESCO). La regulación define el término “fresco” cuando se utiliza para sugerir que un alimento no está cocinado o procesado. En este contexto, “fresco” se puede usar sólo para un alimento crudo, que nunca ha sido congelado o calentado y que no contiene conservantes (la irradiación a bajos niveles esta permitida).

Los términos *Fresh-Frozen* (“fresco congelado”), *Frozen-fresh* (“congelado fresco”) y *freshly-frozen* (“recientemente congelado”) se puede utilizar para productos que fueron congelados rápidamente cuando estaban frescos.

El término *Quickly frozen* (“rápidamente congelado”) hace referencia al proceso de congelado consistente en someter el producto a una ráfaga de aire a una determinada temperatura y tiempo, de manera que el alimento se congela inmediatamente desde su interior sin sufrir deterioro. También se permite hervir o escaldar brevemente el producto para prevenir una descomposición de sus nutrientes. Otros usos del término “fresco” como “leche fresca” o “pan fresco” no están afectados por esta regulación. **21CFR 101.95(c) y (b)**.

- **HEALTHY** (SALUDABLE). Para que un alimento se pueda considerar saludable, debe ser bajo en grasas y grasas saturadas, y contener cantidades limitadas de colesterol y sodio. Adicionalmente, si es un producto individual, debe aportar al menos un 10% de uno o más de los siguientes nutrientes: vitaminas A o C, hierro, calcio, proteína o fibra. Si es un producto que representa una comida (como los platos preparados y congelados), deberá aportar un 10% de dos o tres de esas vitaminas, minerales, proteínas o fibras, además de reunir los demás criterios exigidos. **21CFR 101.65 (d)(2)-(4)**.
- **IMPLIED** (IMPLÍCITO). Este reclamo está prohibido cuando, de manera incorrecta, da a entender que el producto contiene, o no, una cantidad importante de cierto nutriente. Por ejemplo, un producto que anuncia estar hecho con un ingrediente conocido por ser una fuente importante de fibra (por ejemplo, “fabricado con salvado de avena”, *made with oat bran*) no sería aceptable a no ser que contenga una cantidad de tal producto suficiente para cumplir con los requisitos de la definición de *Good Source* (“buena fuente”) de fibra. O por ejemplo, anunciar que un producto no contiene *tropical oils* (“aceites tropicales”) sólo será legal si dicho producto es “low” en grasas saturadas, porque los consumidores han asociado los aceites tropicales con un elevado índice de grasas saturadas.
- **MEALS AND MAIN DISHES** (COMIDAS PREPARADAS Y PLATOS PRINCIPALES). Aquellos mensajes que anuncian que una comida preparada o plato es *free* (“libre”) de un nutriente como sodio o colesterol, deben cumplir los mismos requisitos que para los alimentos individuales. Se pueden utilizar otros reclamos bajo circunstancias especiales. Por ejemplo, *low-calorie* (“bajo en calorías”) significa que la comida preparada o el plato principal contiene 120 calorías o menos por cada 100g de la misma. *Low-sodium* (“bajo en sodio”) significa que la comida tiene 140mg o menos de sodio por cada 100g. *Low-cholesterol* (“bajo en colesterol”) significa que el producto contiene 20mg o menos de colesterol por cada 100g y no más de 2g de grasas saturadas. *Light* (“ligero”) significa que la comida preparada o plato principal es *low-fat* (“bajo en grasas”) o *low-calorie* (“bajo en calorías”).



- **PERCENT FAT-FREE** (PORCENTAJE LIBRE DE GRASA). El producto que contenga este reclamo debe ser un producto *low-fat* (“bajo en grasa”) o *fat-free* (“sin grasa”). Adicionalmente, el mensaje debe reflejar con precisión la cantidad de grasa contenida en 100g de producto. De esta manera, si un alimento contiene 2,5g de grasa por cada 50g, el mensaje sería *95 percent fat free* (“95% libre de grasa”).
- **STANDARDIZED FOODS** (ALIMENTOS ESTÁNDAR). Cualquier reclamo sobre un nutriente, como *reduced fat*, *low calorie* y *light*, pueden ser utilizados conjuntamente con el nombre común de un alimento (leche, vino, etc.), únicamente en los siguientes casos:
 - el nuevo producto ha sido específicamente formulado para cumplir los criterios que la *FDA* exige para la utilización de este reclamo,
 - el producto no es nutritivamente inferior al producto tradicional,
 - el nuevo producto cumple con los requisitos de composición exigidos por la *FDA*.

Un producto nuevo que contiene un reclamo también debe poseer unas características de consumo similares al alimento de referencia. En caso contrario, y si las diferencias limitan materialmente el uso del producto, su etiqueta deberá informar de ello a los consumidores (ejemplo, *not recommended for baking*, “no recomendado para cocinar al horno”).

e. Reclamos de salud

Como norma general, no se admite la inclusión en el etiquetado de mensajes que puedan confundir al consumidor, ni reclamos de salud (health claims), salvo aquéllos que hayan sido aprobados por la *FDA* que se refieran a las cualidades nutritivas o beneficiosas para la salud de ciertos alimentos/componentes, según lo establecido en **21CFR101**. Su inclusión en cualquier caso es voluntaria y por ese motivo se verá en el epígrafe correspondiente a etiquetado voluntario.

2.1.2.2. *Formato y aspecto de la etiqueta*

El formato de una etiqueta puede variar según las características del envase, ya que la superficie que ofrece el envase donde colocar la etiqueta puede variar considerablemente y la etiqueta deberá adecuarse al envase.

No obstante todas las etiquetas van a tener un aspecto similar, ya que la información debe ofrecerse, como hemos tenido ocasión de ver, en un orden y forma determinada y se debe emplear una tipografía de letra común en todas ellas.

La información que aparece en la etiqueta informativa, y también en la principal, deberá estar impresa con una tipografía y tamaño prominentes, que resalte sobre el fondo y que sea de fácil lectura. El tamaño de las letras deberá ser de al menos 1/16 de pulgada (1,6mm) de altura y no deberá superar nunca el triple de su ancho. La tipografía más reducida puede utilizarse en envases muy pequeños. Las letras también deben contrastar suficientemente con el fondo de la etiqueta, para facilitar su lectura. Para envases extremadamente diminutos, se puede utilizar una tipografía menor, (**21CFR 101.2 (c)**).

El aspecto de una etiqueta informativa es como el mostrado en la siguiente imagen. La imagen muestra un modelo genérico de etiquetado nutricional, en el que se ofrece una breve explicación de las características que ha de tener cada una de las partes que componen dicha información (tamaño de las líneas, tipo de letra...).

ILUSTRACIÓN 3 FORMATO DE LA ETIQUETA

Nutrition Facts
Serving Size 1 cup (228g)
Servings Per Container 2

Amount Per Serving
Calories 260 Calories from Fat 120

	% Daily Value *
Total Fat 13g	20%
Saturated Fat 5g	28%
Cholesterol 30mg	10%
Sodium 660mg	28%
Total Carbohydrate 31g	10%
Dietary Fiber 0g	0%
Sugars 5g	
Protein 5g	

Vitamin A 4% • Vitamin C 2%
Calcium 15% • Iron 4%

Percent Daily Values are based on a diet of 2,000 calories. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs.

	2,000	2,500
Total Fat	65g	80g
Sat Fat	20g	25g
Cholesterol	300mg	300mg
Sodium	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate	300g	375g
Dietary Fiber	25g	30g

• GENERAL
La etiqueta de información sobre nutrición (Nutrition Facts Label) está encuadrada utilizando una tipografía en negro o en un solo color sobre un fondo blanco o de color neutro.

• BARRAS

- Una barra de 7 puntos separa los bloques principales, tal y como se muestra en el ejemplo. Una barra de 3 puntos separa la información sobre calorías de la información sobre nutrientes.
- Una línea fina, de 1/4 de punto, separa los nutrientes individualmente, tal y como se muestra en el ejemplo. La información descendente no toca la barra. La mitad superior de la etiqueta (información sobre nutrientes) tiene 2 puntos de espacio entre la tipografía y las barras. La mitad inferior (notas a pie de página) tiene un punto de espacio entre la tipografía y las barras.

• CAJA
Todas las etiquetas están dentro de un recuadro de barras de 1/2 punto y a tres puntos del texto.

• TIPOGRAFÍA Y TAMAÑO

- La etiqueta de información sobre nutrición utiliza una tipografía Helvética Black y/o Helvética Regular igual o mayor a 6 puntos. Para que la tipografía quepa en determinados formatos se puede estrechar hasta un máximo de -4 (un mayor estrechamiento reduce la legibilidad).
- Para los nutrientes y el porcentaje de "valor diario" se utiliza Helvética Black de 8 puntos (pero para el signo "%" se utiliza Helvética Regular).
- Para Nutrition Facts se utiliza Franklin Gothic Heavy o Helvética Black para que encaje la anchura de la etiqueta, ajustado a la derecha y a la izquierda.
- Para serving size y servings per container se utiliza Helvética Black de 8 puntos y un punto de espacio.
- Para las presentaciones como Amount per serving se utiliza Helvética Black de 6 puntos.
- Para las medidas absolutas del contenido de un nutriente (por ejemplo "1g") y subgrupos del nutriente se utiliza Helvética Regular de 8 puntos con 4 puntos de espacio.
- Para las vitaminas y minerales se utiliza Helvética Regular de 6 puntos con 4 puntos de espacio, separados por boliches de 10 puntos.
- Para todo lo que aparece por debajo de las vitaminas y minerales se utiliza Helvética Regular de 6 puntos con 1 punto de espacio.

Asimismo, y de acuerdo con **21CFR109.9 (d) (14)** si el fabricante desea mostrar la información nutricional en algún otro idioma además del inglés, puede optar por dos alternativas: incluir dos etiquetas nutricionales separadas, una para cada idioma, o mostrar en una sola etiqueta la información en ambos idiomas, tal y como se muestra en la ilustración siguiente:



Nutrition Facts/Datos De Nutricion

Serving Size/Tamaño por Ración 1 cup/1 taza (228g)

Servings Per Container/Raciones por Envase 2

Amount Per Serving/Cantidad por Ración

Calories/Calorías 260 **Calories from Fat/Calorías de Grasa** 120

		% Daily Value* / % Valor Diario*
Total Fat/Grasa Total	0g	20%
Saturated Fat/Grasa Saturada	5g	25%
Cholesterol/Colesterol	30mg	10%
Sodium/Sodio	660mg	28%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total	31g	11%
Dietary Fiber/Fibra Dietética	0g	0%
Sugars/Azúcares	5g	

Protein/Proteínas 5g

Vitamin/ Vitamina A 4% • Vitamin/ Vitamina C 2%

Calcium/ Calcio 15% • Iron/ Hierro 4%

*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2,000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas:

	Calories/Calorías:	2,000	2,500
Total Fat/ Grasa Total	Less than/Menos de	65g	80g
Saturated Fat/ Grasa Saturada	Less than/Menos de	20g	25g
Cholesterol/ Colesterol	Less than/Menos de	300mg	300mg
Sodium/ Sodio	Less than/Menos de	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate/ Carbohidratos Total		300g	375g
Dietary Fiber/ Fibra Dietética		25g	30g

Etiqueta nutricional bilingüe.

En la práctica, tal y como ya hemos indicado, el fabricante deberá emplear un formato de etiqueta que se adecue al tamaño del envase. Así se pueden distinguir los siguientes formatos:

- Formato estándar: se emplea en envases con superficie para etiquetado superior a 40 pulgadas cuadradas (260 cm²).
- Formato para envases medianos: entre 40 pulgadas cuadradas (260cm²) y 12 pulgadas cuadradas (75cm²).
- Formato para envases pequeños: menos de 12 pulgadas cuadradas (75 cm²).
- Casos particulares: reducido número de nutrientes, alimentos infantiles, alimentos que requieren preparado y envases que contienen varios alimentos distintos.

a. Formato Estándar:

Lo habitual es que la información nutricional se presente en una etiqueta de formato vertical, como la indicada en la figura.

Annotations:

- Helvetica Regular 8 point with 1 point of leading
- Franklin Gothic Heavy or Helvetica Black, flush left & flush right, no smaller than 13 point
- 3 point rule
- 7 point rule
- 8 point Helvetica Black with 4 points of leading
- 6 point Helvetica Black
- 1/4 point rule centered between nutrients (2 points leading above and 2 points below)
- All labels enclosed by 1/2 point box rule within 3 points of text measure
- 1/4 point rule
- 8 point Helvetica Regular with 4 points of leading
- Type below vitamins and minerals (footnotes) is 6 point with 1 point of leading
- 8 point Helvetica Regular, 4 points of leading with 10 point bullets.

Nutrition Facts	
Serving Size 1 cup (228g) Serving Per Container 2	
Amount Per Serving	
Calories 280	Calories from Fat 120
% Daily Value*	
Total Fat 13g	20%
Saturated Fat 5g	25%
Trans Fat 2g	
Cholesterol 30mg	10%
Sodium 660mg	28%
Total Carbohydrate 31g	10%
Dietary Fiber 0g	0%
Sugars 5g	
Protein 5g	
Vitamin A 4%	Vitamin C 2%
Calcium 15%	Iron 4%
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie needs:	
	Calories: 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65g 80g
Sat Fat	Less than 20g 25g
Cholesterol	Less than 300mg 300mg
Sodium	Less than 2,400mg 2,400mg
Total Carbohydrate	300g 375g
Dietary Fiber	25g 30g
Calories per gram: Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4	

Etiqueta nutricional vertical

En ocasiones las características del envase pueden obligar a utilizar una etiqueta lateral, donde la parte inferior se desplaza inmediatamente a la derecha, tal y como aparece en el gráfico siguiente:

Nutrition Facts		*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:	
Serving Size 1 cup (228g) Servings Per Container 2		Calories: 2,000 2,500	
Amount Per Serving		Total Fat	Less than 65g 80g
Calories 280	Calories from Fat 120	Sat Fat	Less than 20g 25g
% Daily Value*		Cholesterol	Less than 300mg 300mg
Total Fat 13g	20%	Sodium	Less than 2,400mg 2,400mg
Saturated Fat 5g	25%	Total Carbohydrate	300g 375g
Cholesterol 30mg	10%	Dietary Fiber	25g 30g
Sodium 660mg	28%	Calories per gram: Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4	
Total Carbohydrate 31g	10%		
Dietary Fiber 0g	0%		
Sugars 5g			
Protein 5g			
Vitamin A 4%	Vitamin C 2%		
Calcium 15%	Iron 4%		

Etiqueta nutricional lateral

Si aún así no existiera suficiente espacio en el envase para alojar la etiqueta nutricional lateral, puede utilizarse una con formato horizontal, tal y como la que se representa a continuación.



Nutrition Facts		Amount/serving	% Daily Value*	Amount/serving	% Daily Value*
Serving Size 2 slices (56g) Servings per container 10		Total Fat 1.5g	2%	Total Carbohydrate 26g	9%
		Saturated Fat 0.5g	3%	Dietary Fiber 2g	8%
		Trans Fat 0.5g		Sugars 1g	
Calories 140 Calories from Fat 15		Cholesterol 0mg	0%	Protein 4g	
		Sodium 280mg	12%		
		Vitamin A 0% • Vitamin C 0% • Calcium 6% • Iron 6%			
		Thiamin 15% • Riboflavin 8% • Niacin 10%			

*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:

	Calories: 2,000	2,500
Total Fat	Less than 65g	80g
Sat Fat	Less than 20g	25g
Cholesterol	Less than 300mg	300mg
Sodium	Less than 2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate	300g	375g
Dietary Fiber	25g	30g

Etiqueta nutricional horizontal.

b. Formato de etiqueta para envases medianos:

En este caso, la información sobre nutrición podrá ubicarse en cualquier superficie. Se podrán omitir las notas a pie de página, siempre y cuando incluya un asterisco en la zona inferior con la siguiente información: "Raciones Diarias calculadas para una dieta de 2.000 calorías" (*Percent Daily Values are based on a 2,000 calories diet*).

Nutrition Facts		Amount/serving	%DV*	Amount/serving	%DV*
Serving Size 1/3 cup (56g) Servings about 3		Total Fat 2g	3%	Total Carb. 0g	0%
		Sat. Fat 1g	5%	Fiber 0g	0%
		Trans Fat 0.5g		Sugars 0g	
Calories 90 Fat Cal. 20		Cholest. 10mg	3%	Protein 17g	
		Sodium 200mg	8%		
*Percent Daily Values (DV) are based on a 2,000 calorie diet		Vitamin A 0% • Vitamin C 0% • Calcium 0% • Iron 6%			

Etiqueta nutricional para envases medianos, regulada en 21CFR 10. 9 (j) y 13 (ii) (A)(C) y (D)

Si aún así no existiera suficiente espacio disponible, podrá emplearse una etiqueta simplificada, de acuerdo con el siguiente gráfico

Nutrition Facts	
Serv. Size: 1 package, Amount Per Serving:	
Calories 45, Fat Cal. 10, Total Fat 1g (2% DV), Sat. Fat 0.5g (3% DV), Trans Fat 0.5g, Cholest. 0mg (0% DV), Sodium 50mg (2% DV), Total Carb. 8g (3% DV), Fiber 1g (4% DV), Sugars 4g, Protein 1g, Vitamin A (8% DV), Vitamin C (8% DV), Calcium (0% DV), Iron (2% DV). Percent Daily Values (DV) are based on a 2,000 calorie diet.	

Etiqueta nutricional simplificada, regulada en 21 CFR 101. 9(j)(13)(ii)(A)

El fabricante también tiene la posibilidad de recurrir a abreviaturas para denominar a los nutrientes, si bien solo podrá utilizar aquellas previamente autorizadas por la FDA, según el siguiente esquema:

Término	Abreviatura	Término	Abreviatura
Serving size	Serv size	Cholesterol	Cholest
Servings per container	Servings	Total carbohydrate	Total carb
Calories from fat	Fat cal	Dietary fiber	Fiber



Calories from saturated fat	Sat fat cal	Soluble fiber	Sol fiber
Saturated fat	Sat fat	Insoluble fiber	Insol fiber
Monounsaturated fat	Monounsat fat	Sugar alcohol	Sugar alc
Polyunsaturated fat	Polyunsat fat	Other carbohydrates	Other carb

Información sobre abreviaturas disponible en **21CFR 101. 9 (j) (13) (ii) (B)**.

c. Envases pequeños:

Los envases pequeños, de menos de 12 pulgadas cuadradas (75 cm²), que aproximadamente equivale al tamaño de un paquete de goma de mascar, no tienen que llevar información sobre los nutrientes del producto, a menos que se haga resaltar algún elemento del producto en el envase, o que se incluya un reclamo de salud.

No obstante, si los fabricantes desean proporcionar voluntariamente esta información tienen varias opciones: pueden presentar la información con una tipografía más pequeña que la requerida para paquetes más grandes (nunca menor de 6 puntos y no menos de 1/16 de pulgada en toda la etiqueta informativa). Otra opción es presentar la información en formato horizontal. La regulación queda recogida en **21 CFR 101. 9(j)(13)(i)**.

Estos paquetes pequeños deben siempre incluir una dirección o número de teléfono donde los consumidores puedan obtener esta información. ("*For nutrition information call (...)*")



Etiqueta para envases pequeños

d. Casos particulares:

- *Productos con cantidades insignificantes de algunos nutrientes.* En estos casos se permite sustituir estos nutrientes del listado por una frase, inmediatamente debajo de la lista de vitaminas A, C, calcio y hierro. Para ello se utilizarán las siguientes frases:

Nutriente	Cantidad por ración	Frase
Calorías de la grasa 21 CFR 101.9(c)(1)(ii)	Menos de 0.5 g de grasa	"Not a significant source of calories from fat"
Grasa saturada 21 CFR 101.9(c)(2)(i)	Menos de 0.5g de grasa total	"Not a significant source of saturated fat"
Colesterol 21 CFR 101.9(c)(3)	Menos de 2 mg	"Not a significant source of cholesterol"



Fibra 21 CFR 101.9(c)(6)(i)	Menos de 1g	"Not a significant source of dietary fiber"
Azúcares 21 CFR 101.9(c)(6)(ii)	Menos de 1g	"Not a significant source of sugars"
Vitaminas A y C, calcio y hierro 21 CFR 101.9(c)(8)(iii)	Menos de 2% de la cantidad diaria recomendada	"Not a significant source of _" (indicar las vitaminas o minerales omitidos)



Etiqueta con ausencia de algunos nutrientes

- *Productos que contienen cantidades insignificantes de calorías y de, al menos, seis de los nutrientes obligatorios (grasa total, grasa saturada, colesterol, sodio, hidratos de carbono, fibra, azúcares, proteínas, vitamina A, vitamina C, calcio y hierro). En estos casos se puede emplear un formato de etiqueta nutricional aún más simple, según la ilustración que se presenta mas abajo.*

Por "insignificante" ha de entenderse que el valor de esos nutrientes es cero, o en el caso de los hidratos de carbono totales, fibra y proteína, que es inferior a un gramo. Si se utiliza el formato simplificado se deben enumerar las calorías totales, la grasa total, los hidratos de carbono totales, las proteínas y los niveles de sodio, aun cuando se hallen presentes en cantidades insignificantes. Otros nutrientes y las calorías que provienen de la grasa se mencionan sólo si están presentes en el producto en cantidades significativas.

En caso de que se añadan otros nutrientes, deberán también mencionarse.

Nutrition Facts	
Serving Size 1 can	
Amount Per Serving	
Calories 140	
	% Daily Value
Total Fat 0g	0%
Sodium 20mg	1%
Total Carbohydrate 36g	12%
Sugars 36g	
Protein 0g	
<small>* Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet.</small>	

Etiqueta con ausencia de nutrientes obligatorios

- *Alimentos infantiles:* Las etiquetas de alimentos para niños menores de cuatro años excluyen los porcentajes de valor diario correspondientes a la grasa total, grasa saturada, colesterol, sodio, potasio, hidratos de carbono totales y fibra.

Las etiquetas de comida para niños menores de dos años (excepto la fórmula infantil, que tiene unas reglas de etiquetaje especiales bajo la Ley de Fórmula Infantil de 1980) no pueden incluir información sobre las grasas saturadas, poli insaturadas, mono insaturadas, colesterol, calorías procedentes de la grasa, o calorías procedentes de la grasa saturada. La razón de tal prohibición es impedir que los padres lleguen a la conclusión errónea de que deben restringir a sus bebés el consumo de esas sustancias, cuando de hecho, no deben hacerlo. La grasa es importante durante los primeros años de vida para asegurar un crecimiento y desarrollo adecuado.

- *Alimentos que requieren preparado:* Para aquellos productos que requieren una preparación adicional antes de ser consumidos (postres en polvo y pastas secas, etc.) o para aquellos que se consumen normalmente junto a otro tipo de alimentos adicionales (cereales con leche, etc.), la FDA recomienda a los fabricantes que proporcionen voluntariamente una segunda columna de información, en lo que se ha denominado “declaración doble”.

Con este sistema, la primera columna, que es obligatoria, contiene información sobre los valores nutritivos del producto en el momento de la adquisición, mientras que la segunda columna ofrece información sobre el producto ya preparado y listo para el consumo (ver gráfico).



Nutrition Facts			
Serving Size 1/12 package (44g, about 1/4 cup dry mix)			
Servings Per Container 12			
Amount Per Serving		Mix	Baked
Calories		190	280
Calories from Fat		45	140
% Daily Value**			
Total Fat 5g*		8%	24%
Saturated Fat 2g		10%	13%
Trans Fat 1g			
Cholesterol 0mg		0%	23%
Sodium 300mg		13%	13%
Total Carbohydrate 34g		11%	11%
Dietary Fiber 0g		0%	0%
Sugars 18g			
Protein 2g			
Vitamin A		0%	0%
Vitamin C		0%	0%
Calcium		6%	8%
Iron		2%	4%
* Amount in Mix			
** Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your Daily Values may be higher or lower depending on your calorie needs:			
	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65g	80g
Sat Fat	Less than	20g	25g
Cholesterol	Less than	300mg	300mg
Sodium	Less than	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate		300g	375g
Dietary Fiber		25g	30g

Etiqueta para productos que requieren preparado

- Envases que contienen varios alimentos distintos: si se envasan juntos dos o mas alimentos diferentes (por ejemplo, dos tipos de cereales o galletas, o queso para untar) pero destinados a su consumo de forma individual, el fabricante puede optar por incluir una etiqueta nutricional para cada producto, o utilizar la llamada “etiqueta colectiva”, que agrega todos los productos (ver gráfico siguiente). En este caso, la cantidad y el porcentaje de valor diario de cada nutriente se enumera en columnas separadas bajo el nombre de cada uno de los alimentos.



Nutrition Facts	Wheat Squares Sweetened		Corn Flakes Not Sweetened		Mixed Grain Flakes Sweetened	
Serving Size 1 Box	(35g)		(19g)		(27g)	
Servings Per Container	1		1		1	
Amount Per Serving						
Calories	120		70		100	
Calories from Fat	0		0		0	
	% Daily Value*		% Daily Value*		% Daily Value*	
Total Fat	0g	0%	0g	0%	0g	0%
Saturated Fat	0g	0%	0g	0%	0g	0%
Trans Fat	0g		0g		0g	
Cholesterol	0mg	0%	0mg	0%	0mg	0%
Sodium	0mg	0%	200mg	8%	120mg	5%
Potassium	125mg	4%	25mg	1%	30mg	1%
Total Carbohydrate	29g	10%	17g	6%	24g	8%
Dietary Fiber	3g	12%	1g	4%	1g	4%
Sugars	8g		6g		13g	
Protein	4g		1g		1g	
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:						
	Calories: 2,000		2,500			
Total Fat	Less than	65g	80g			
Sat Fat	Less than	20g	25g			
Cholesterol	Less than	300mg	300mg			
Sodium	Less than	2,400mg	2,400mg			
Potassium		3,500mg	3,500mg			
Total Carbohydrate		300g	375g			
Dietary Fiber		25g	30g			
Vitamin A		0%	10%		10%	
Vitamin C		0%	15%		90%	
Calcium		0%	0%		0%	
Iron		10%	6%		20%	
Thiamin		30%	15%		20%	
Riboflavin		30%	15%		20%	
Niacin		30%	15%		20%	
Vitamin B6		30%	15%		20%	

Etiqueta colectiva

2.2. Etiquetado voluntario:

Como ya hemos visto, existe la posibilidad de incluir ciertos reclamos de salud de forma voluntaria en el etiquetado de un producto. También, como ya tuvimos ocasión de ver en el apartado anterior, existen ciertos mensajes descriptores del producto, que pueden introducirse de forma voluntaria. El carácter voluntario, no implica que no esté regulado, sino al contrario. El etiquetado voluntario está muy regulado en EEUU, no admitiéndose el empleo de mensajes que puedan confundir al consumidor, ni reclamos de salud genéricos, excepto aquéllos que hayan específicamente aprobados. La regulación sobre estos tipos de etiquetado voluntario, queda recogida junto a la de etiquetado obligatorio en la sección 101 del Título 21 del CFR (**21CFR101**).

Actualmente, la FDA permite una serie limitada de tipos de mensajes sobre las relaciones entre un nutriente o un alimento y el riesgo de padecer una enfermedad o aspecto relacionado con la salud.

Caben diversas posibilidades. Así, el mensaje podría darse mediante referencias o recomendaciones de otras organizaciones como el Instituto Nacional del Cáncer, etc.; mediante frases, símbolos, viñetas, descripciones, etc. Cualquiera que sea el medio empleado, dicho reclamo debe reunir unas normas o requisitos determinados. Por ejemplo, no se puede indicar el grado de reducción del riesgo y sólo se puede declarar *may* ("puede") o *might* ("podría") cuando se trate



sobre la influencia de dicho nutriente en el proceso de la enfermedad con la que se relaciona. Se debe indicar, además, que otros factores juegan un papel relevante en esa enfermedad.

Los reclamos estarán redactados de manera que los consumidores puedan entender perfectamente cuál es la relación entre el nutriente y la enfermedad, y la importancia de dicho nutriente en la dieta diaria. Un ejemplo de un reclamo apropiado sería: “Aunque son muchos los factores que afectan a las enfermedades del corazón, una dieta baja en grasas saturadas y colesterol puede reducir el riesgo de este tipo de enfermedades”.

Los reclamos de salud que establecen relaciones nutriente-enfermedad y que están permitidos son los siguientes:

- Calcio y osteoporosis: Regulado en **21CFR101.72**
- Sodio e hipertensión: Regulado en **21 CFR 101.74**
- Grasas y cáncer: Regulado en **21CFR101.73**
- Grasas saturadas y colesterol y riesgo de enfermedades coronarias: Regulado en **21CFR101.75**

- Cereales, frutas y verduras que contienen fibra, y cáncer: Regulado en **21CFR101.76**
- Frutas, verduras y cereales que contienen fibra, y riesgo de padecer enfermedades coronarias: Regulado en **21 CFR 101.77**
- Frutas y verduras, y cáncer: Regulado en **21CFR 101.78**
- Ácido fólico y defectos del tubo neural del feto: Regulado en **21CFR 101.79**
- Azúcar y caries dental: Regulado en **21CFR 101.80**
- Fibra soluble y riesgo de padecer enfermedades coronarias: Regulado en **21CFR 101.81**
- Proteínas de la soja y riesgo de padecer enfermedades coronarias: Regulado en **21CFR 101.82**
- Esteres de esteroles / estanol vegetales y riesgo de padecer enfermedades coronarias: Regulado en **21 CFR 101.83**

Para conocer más detalles, la FDA publica en su web una tabla -guía para la industria en la que se ofrecen algunas pautas sobre qué tipo de reclamos, en qué tipo de productos pueden utilizarse y qué condiciones deben cumplirse para poder utilizar estos reclamos. La tabla recoge de forma resumida los apartados de la sección 101 del Título 21 del CFR citados en la relación anterior. La Guía puede consultarse en:

<http://www.fda.gov/Food/GuidanceComplianceRegulatoryInformation/GuidanceDocuments/FoodLabelingNutrition/FoodLabelingGuide/ucm064919.htm>

En el siguiente link se puede consultar algunos de los reclamos de salud ya reconocidos por la FDA y la forma en que deben aparecer en el etiquetado

<http://www.fda.gov/Food/LabelingNutrition/LabelClaims/QualifiedHealthClaims/ucm073992.htm>

Los fabricantes interesados en que la FDA reconozca nuevos valores nutritivos o reclamos de salud para un producto pueden iniciar una petición según se explica en el siguiente vínculo de Internet:

<http://www.fda.gov/Food/LabelingNutrition/LabelClaims/HowtoSubmitLabelClaimPetitionsNotifications/default.htm>



3. ETIQUETADO EXIGIDO POR EL USDA

3.1. Exigencias adicionales por parte del USDA para el etiquetado de productos cárnicos, aves y huevos

Dentro del USDA, el *Food Safety and Inspection Service* (FSIS) se ocupa de velar por que la carne, aves y huevos puestos a disposición del consumidor sean saludables, puros y estén debidamente etiquetados. Este requisito afecta a productos domésticos e importados.

Para garantizar lo anterior, el FSIS realiza inspecciones de acuerdo con lo establecido en la Ley federal de inspección de carnes (*Federal Meat Inspection Act*), la Ley de inspección de productos avícolas (*Poultry Products Inspection Act*), y la Ley de inspección de productos derivados de los huevos (*Egg Products Inspection Act*).

Uno de los aspectos inspeccionados es el etiquetado. FSIS inspecciona el etiquetado que debe aparecer en cada contenedor desembarcado así como el etiquetado de cada uno de los envases que van destinados a venta libre. Esta última inspección incluye envoltorios impresos, bolsas, cajas, y cubiertas artificiales que permanezcan con el producto en el momento de su venta.

- Inspección de contenedores:

Las etiquetas de los contenedores desembarcados no requieren una aprobación previa, pero son revisados por el FSIS durante la inspección en el puerto de entrada. En un extremo del contenedor debe aparecer: el nombre del producto, el número del establecimiento extranjero, país de origen, y marcas del embarque. Además, debe haber espacio suficiente para estampar el sello de inspección de importación en los Estados Unidos. La etiqueta del contenedor también debe incluir el nombre y dirección del establecimiento extranjero o del importador (a menos que aparezca en las etiquetas de otros contenedores dentro del contenedor principal). En caso necesario, las etiquetas deben recoger además ciertas indicaciones especiales de manipulación, tales como "manténgase refrigerado" o "manténgase congelado."

- Inspección de envases:

El etiquetado de envases es en todo análogo a lo comentado en el apartado correspondiente al etiquetado exigido por la FDA. Este etiquetado contará, como ya se comentó, con un panel principal y un panel informativo, en los cuales se deberá indicar nombre de producto, ingredientes, peso neto... Es decir la información a incluir en la etiqueta es análoga a la comentada para el etiquetado FDA, con el requisito añadido de que dicha etiqueta la **aprobación previa del FSIS**.

Junto a los habituales requisitos de etiquetado, el USDA exige además que se incluyan en la etiqueta, **las instrucciones de manejo y cocinado** para la carne cruda y los productos avícolas. Estas instrucciones establecerán que "algunos alimentos pueden contener bacterias que pueden causar enfermedad si el producto se maneja o cocina de manera inapropiada". También se ofrecen algunos consejos sobre el almacenamiento de productos crudos, los riesgos de contaminación, la forma adecuada y segura de cocinado, y la manipulación de las sobras.

Para cumplir con el trámite de aprobación de la etiqueta, la empresa debe presentar al FSIS un proyecto de etiqueta según lo previsto en **9CFR317.3** La empresa deberá rellenar un formulario y remitirlo a FSIS junto con dos copias de la etiqueta para la cual solicita la aprobación. Si la31



etiqueta es aceptada por el FSIS, la empresa recibirá un número de aprobación que deberá figurar en la etiqueta final. FSIS publica en su página web una check list de gran utilidad para que las empresas verifiquen punto por punto, antes de su remisión, si su modelo de etiqueta se ajusta a los requisitos exigidos por FSIS. Esta check list puede consultarse en:

http://www.fsis.usda.gov/regulations/Label_Submission_Checklist/index.asp

Existe un tipo particular de etiquetas que se conocen como "genéricas" las cuales están exentas de esta aprobación previa. Las etiquetas genéricas quedan reguladas en **9CFR317.5** y son etiquetas finales desarrolladas por el propio FSIS, que pueden ser utilizadas sin la autorización previa del FSIS para aquellos alimentos llamados estándar. Un producto estándar es el que se describe como producto de ingrediente único y que no incluye etiqueta nutricional ni alusiones o reclamos de ningún tipo (nutricional, de salubridad, etc.), y cuya etiqueta presenta la información exclusivamente en inglés. El propósito de esta medida es agilizar las gestiones para la empresa exportadora a su paso por la aduana norteamericana, en el caso de que su producto pueda acogerse a una etiqueta genérica. Se puede obtener más información en:

http://www.fsis.usda.gov/regulations_&_policies/Generic_Labeling/index.asp

Por su parte, aquellos productos que incluyan reclamos relacionados con las cualidades nutritivas del alimento están sometidos a inspecciones más detalladas que realiza el Personal de Etiquetado y Protección del Consumidor (*Labeling and Consumer Protection Staff, LCPS*). Términos como "Bajo en grasa" (*Low Fat*), "Magro" (*Lean*), "Saludable" (*Healthy*), "Natural" (*All Natural*), "Criado con pasteurizados" (*Pasteurized Raised*), "Alimentado con maíz" (*Corn Fed*), "No antibióticos empleados en el crecimiento" (*No Antibiotics Used in Raising*), o "No hormonas empleadas en el crecimiento" (*No Hormones Used in Raising*).

En el caso de que los alimentos importados no cumplan con los requisitos exigidos, el fabricante correrá con los gastos de almacenaje, mano de obra y otros gastos derivados.

En la siguiente página FSIS ofrece una muy completa información acerca de requisitos de las etiquetas, procedimiento de aprobación, formularios que se deben remitir, así como guías y series de preguntas y respuestas cuya lectura es altamente recomendable.

http://www.fsis.usda.gov/regulations/Labeling_Procedures/index.asp

Asimismo se puede obtener más información en relación con la inspección y etiquetado de carnes, aves y huevos, en las siguientes reglamentaciones:

- Poultry Products Inspection Act (Title 21 - Food and Drugs, Chapter 10 - Poultry and Poultry Products Inspection)
- Federal Meat Inspection Act (Title 21 - Food and Drugs, Chapter 12 - Meat Inspection)
- Egg Products Inspection Act (Title 21 - Food and Drugs, Chapter 15 - Egg Products Inspection)
- Code of Federal Regulations. Title 9, Part 381 Poultry Products Inspection Regulations (9CFR381)



3.2. Etiquetado de origen – COOL

El USDA exige a los **minoristas** que se identifique claramente, en el momento de venta, el origen del producto. Este requisito es lo que se conoce coloquialmente como **etiquetado COOL** (Country Of Origin Labeling), el cual queda regulado en **7CFR Part 60 y 65**. La reglamentación permite que la información sobre el país de origen se dé a los consumidores por medio de una etiqueta, un sello, una marca, un letrero u otro signo claro y visible sobre el producto cubierto o en el envase, exhibidor, unidad de apoyo o recipiente que contenga al producto en el punto de venta final a los consumidores.

El requisito afecta a los establecimientos minoristas pero los proveedores deben proporcionar a sus compradores la información del país de origen, por lo que es importante que los exportadores conozcan esta obligación.

Este requisito afecta a los siguientes productos:

- Productos cárnicos: la exigencia se extiende a cortes de músculo, carne picada, ternera, cordero, pollo, cabra y cerdo.
- Pescados y mariscos, ya sean obtenidos directamente del hábitat natural o productos de acuicultura. Deberá indicarse además el método de producción (consúltese **7CFR60**).
- Frutas y vegetales frescos y congelados.
- Frutos secos: nueces de macadamia, nuez lisa, y cacahuetes en cuanto a frutos secos
- Ginseng.

Dentro del USDA, es el Agricultural Marketing Service (AMS) quien se ocupa de administrar y controlar el cumplimiento de la normativa COOL.

Para más información sobre el etiquetado COOL se recomienda consultar la siguiente página web en la que el USDA ofrece una muy completa información acerca de este requisito, incluyendo textos legales, serie de preguntas y respuestas (incluso en español), un video explicativo, guías...

<http://www.ams.usda.gov/AMSV1.0/cool>

4. OTRO TIPO DE INFORMACIÓN QUE PUEDE APARECER EN LAS ETIQUETAS

4.1. Categorías de calidad

Algunos alimentos como la leche, la mantequilla, los huevos, el zumo de naranja y la carne, llevan en sus etiquetas una marca que hace referencia a su calidad. Esta calidad viene definida por lo que se conoce como US Grading Standards, normas desarrolladas por el USDA y que son de carácter voluntario. No obstante si se opta por indicar en el etiquetado la categoría y calidad del producto, la norma se convierte entonces en obligatoria. Como ejemplo, en el caso de los huevos la US Grading Standard prevé las categorías: AA, A y B que se podrán indicar en el etiquetado.



Para obtener más información sobre las diferentes categorías de calidad de estos productos consúltese la página web del USDA:

<http://www.ams.usda.gov/AMSV1.0/standards>

También la FDA ha establecido algunos estándares de calidad para determinados productos. El Servicio Nacional de Pesca Marítima (*National Maritime Fisheries Service*) establece asimismo clasificaciones para el pescado, servicio por el que cobra unos honorarios.

4.2. Código Universal de Producto (Código de Barras)

El **UPC** (*Universal Product Code*) es un código de barras con 12 dígitos. Se utiliza conjuntamente con un equipo informatizado de cajas registradoras para ofrecer un sistema de inventario automatizado. El *Uniform Code Council Inc.*, en Dayton, Ohio, controla este sistema.

Algunos importadores estadounidenses exigirán que los productos que estén importando vayan etiquetados con el UPC o código de barras utilizado en este país (12 dígitos), el cual difiere del utilizado en Europa (European Article Number – EAN) y en la mayor parte de los países del mundo (13 dígitos).

Ha habido iniciativas para intentar armonizar ambos códigos de barra pero hasta la fecha aún no se ha logrado. Por ello, las empresas españolas que quieran incluir el código de barras en sus productos para ser comercializados en EE.UU., pueden dirigirse directamente a **GS1 US** para conseguir un número **UPC** de código de barras modelo americano, o alternativamente pueden acordar con su importador que sea éste quien lo gestione. <http://www.gs1us.org/>

4.3. Marcas y patentes

En caso de que una empresa esté interesada en registrar su marca, ésta debe saber, que en EE.UU. la regulación sobre patentes, marcas y derechos de autor queda recogida en las secciones de la 1 a la 150 dentro del Título 31 del CFR., y deben a su vez saber que es la Oficina de Patentes y Marcas Comerciales, **US Patent & Trademark Office (USPTO o PTO)**, el organismo que se ocupa del registro y administración de esta normativa.

Se recomienda asimismo consultar la página web de la PTO, en la que se incluyen guías e información de interés sobre el registro de marcas y patentes, impresos de solicitud, gastos, listados de agentes/abogados etc. <http://www.uspto.gov/>

La regulación federal sobre patentes, marcas y derechos de autor se contiene en **37CFR1 a 150**.

El registro de marca ante la PTO autoriza a incluir en las etiquetas el símbolo ®.

4.4. Otras informaciones, certificaciones o indicaciones en el etiquetado

Cada vez más, el consumidor presta una mayor atención al etiquetado a la hora de tomar una decisión de compra - frecuentemente dirigido también por la adhesión a un tipo u otro de causa. Esto ha dado lugar a la proliferación de certificaciones, etiquetas o sellos que quieren destacar algún aspecto del producto que pueda tener un valor informativo añadido para cierto tipo de consumidores.



Este tipo de información, generalmente de carácter voluntario, puede referirse a cuestiones tan diversas como el método de producción empleado, el respeto medioambiental o bienestar animal, la naturaleza del producto y otros. Muchas de estas menciones proceden de iniciativas privadas y en general, salvo ciertos casos, no existe regulación al respecto, aunque sí suelen requerir una certificación por terceros o un control por parte del USDA, para comprobar la veracidad de lo declarado en el etiquetado. A continuación se ofrecen algunos ejemplos de menciones que con cierta frecuencia pueden aparecer en el etiquetado de productos.

100% VEGETARIAN FED (100% Vegetariano)

Indica que los animales no han sido alimentados con derivados animales. Indica que los animales fueron criados con hierba, heno y otros forrajes naturales, sin embargo no implica que fuesen criados en pastos o al aire libre. El ser “100% Vegetarian fed” no impide el empleo de suplementos o aditivos a los animales. El uso de esta etiqueta no es necesariamente verificado por ninguna organización independiente, aunque en algunos casos sí hay un control por parte del Departamento de Agricultura de Estados Unidos, apareciendo una etiqueta acreditativa del USDA.

AMERICAN HUMAN CERTIFIED (Certificado Humano Americano)

Antiguamente etiquetado como “Free Farmed”, es parte de un programa para la *American Humane Association* en Denver. La etiqueta certifica que el producto alcanza los estándares de calidad de la AHA para animales de granja, lo cual requiere que sean criados de manera que se reduzcan el estrés de los animales: zonas adecuadas de descanso, suficiente espacio o posibilidad de comportarse conforme a su naturaleza.

BIODYNAMIC (Biodinámico)

Se refiere a un método holístico basado en el trabajo de Rudolf Steiner, que creía que todos los aspectos de una granja debían ser tratados como un todo interrelacionado. Los granjeros biodinámicos trabajan en armonía con la naturaleza a la hora de sembrar, cultivar y recoger. Usan técnicas como la rotación de los cultivos y fertilizantes orgánicos naturales. En la *US Remeter Association Inc*, una organización no gubernamental, se desarrolla la certificación de alimentos producidos con estos métodos en Estados Unidos y México, supervisando la plantación y el crecimiento de los mismos y los procesos usados, y autorizando, si es el caso, el uso de su logo de certificación.

CAGE-FREE (Sin jaula)

Denota que los pájaros son criados sin jaulas. Esto no indica que las condiciones fuesen de hacinamiento o de libertad, no hay una tercera parte auditando la etiqueta.

CERTIFIED VEGAN (Certificado vegetariano)

Es un logo para productos que no contienen componentes animales y que no han sido probados a su vez con animales. Administrado por la *Vegan Awareness Foundation*, una organización no gubernamental dedicada a educar al público acerca del Vegetarianismo.



CERTIFIED HUMANE RAISED & HANDLED (Criados y tratados humanamente)

Asegura que los huevos, derivados lácteos, carne y productos avícolas han sido producidos teniendo en cuenta el bienestar de los animales, lo cual requiere que sean criados de manera que se reduzca el estrés de los mismos: zonas adecuadas de descanso, suficiente espacio o posibilidad de comportarse acorde a su naturaleza. Adicionalmente se les provee de agua fresca y de una dieta sin antibióticos u hormonas añadidas. El programa lo administra el *Human Farm Animal Care*, la ONG que realiza las inspecciones.

FAIR TRADE CERTIFIED (Certificado de comercio justo)

Garantiza que los granjeros reciben un precio justo por cultivos como café, té, coco, fruta, azúcar, arroz y especias. También implica que las granjas ofrecen condiciones seguras de trabajo, que utilizan métodos ecológicos y sostenibles y que tienen acceso a proyectos de desarrollo comunitarios. El certificado se otorga en Estados Unidos a través de *Transfair USA*, entidad certificadora independiente.

FARM RAISED (Criado en granja)

Se refiere a pescado que ha sido alimentado en piscifactoría, redes o jaulas flotantes en el océano en vez de ser capturado en su hábitat natural. Supone una forma de proveer a la creciente demanda de producto. La organización *Environmental Defense* ayuda a las empresas a establecer los estándares requeridos.

FOOD ALLIANCE CERTIFIED (Certificado de la Alianza de Alimentos)

El sello de esta organización sin ánimo de lucro certifica alimentos producidos de manera sostenible. Certifica alimentos producidos por granjeros, y alimentos procesados de manera social y ecológicamente sostenible. Hay más de 250 granjas y ranchos en EE.UU. y Canadá que poseen este certificado. El sello 'aprobado por la Food Alliance' implica que los animales tuvieron acceso a aire fresco, pastos, formas de vida confortables y no fueron tratados con hormonas rBGH (Recombinante Hormonal de Crecimiento Bovina) o antibióticos innecesarios.

FREE RANGE (Animales con acceso a libertad de movimiento)

Se refiere a animales que no viven confinados. Se aplica particularmente a los pollos y sus huevos. No significa necesariamente que los animales pasen la mayor parte de tiempo al aire libre o que no estén tratados con hormonas, las normas requieren que tengan acceso durante 5 minutos al día al exterior, sin embargo eso no implica que efectivamente salgan al exterior.

GRASS FED (Alimentados con hierba)

Certifica que los animales han sido alimentados con hierba desde su nacimiento hasta el matadero. Pueden haberse administrado antibióticos, pero solamente para tratar enfermedades, no para aumentar el crecimiento. Su alimentación no incluye grano, derivados animales u hormonas sintéticas. Los animales deben tener constante acceso a pastos durante la temporada de crecimiento. En Noviembre de 2007 nuevas regulaciones del USDA para etiquetado de carne entraron en vigor para el ganado alimentado con hierba. Se estipula que la carne con esta etiqueta



debe provenir de animales alimentados exclusivamente con hierba, heno y otros vegetales, nunca grano.

HALAL

Denota que el alimento ha sido preparado de acuerdo con las leyes dietéticas musulmanas. El certificado lo expide una tercera agencia independiente, como *la Islamic Food and Nutrition Council of America* (IFANCA), una de las mayores agencias Halal en Estados Unidos.

HEART HEALTHY (Saludable para el corazón)

El sello de aprobación de la *American Health Association* (AHA) certifica que el alimento es saludable para el corazón, en el marco de una dieta equilibrada. Dichos alimentos también han de cumplir con los requerimientos de la FDA en la materia, eso significa que el alimento no puede contener más de 3 gr. de grasa total, 1 gr. de grasas saturadas, 20 mg. de colesterol y 480 mg. de sodio por ración. Asimismo, el alimento ha de contener un mínimo de un 10% de los nutrientes diarios recomendados. Iniciado en 1995, el programa tiene como fin ayudar a los consumidores a realizar mejores elecciones para su alimentación.

HORMONE-FREE MEAT OR rBGH-FREE (RECOMBINANT BOVINE GROWTH HORMONE) DAIRY (Carne libre de hormonas o Lácteos libres de hormona recombinada de crecimiento)

Indica que no se usaron hormonas durante la vida del animal. La utilización de este sello se considera no válido por el USDA, sin embargo sí autorizan el "*No hormones administered*". Actualmente no hay ninguna organización que pueda verificar el certificado, y la FDA ha señalado que la leche con la etiqueta "*no hormones*" o "*hormone free*" no cumple en realidad con este reclamo, porque la leche de manera natural contiene hormonas. Los alimentos que llevan el certificado orgánico del USDA no pueden contener ninguna hormona artificial.

KOSHER

Asegura que los alimentos han sido elaborados de acuerdo con las normas de las leyes dietéticas judías. La Unión de Congregaciones Judías Ortodoxas (OU) es líder en este tipo de certificaciones. Otros sellos de certificación incluyen cRc, Star-K, Triangle-K y Kof-k. Al lado del símbolo de la Agencia una 'D' se refiere a lácteos, 'M' a carne y 'P' Kosher para pascua. Los alimentos 'Parve' son los que no contienen ni carne ni lácteos, ni han estado en contacto con los mismos.

MARINE STEWARDSHIP COUNCIL (MSC)

Se trata de una organización sin ánimo de lucro que garantiza la autenticidad de los frutos del mar y promueve la pesca sostenible. El programa tiene en cuenta el asesoramiento de expertos científicos. La organización utiliza verificadores independientes para asegurar sus verificaciones. Las variedades certificadas incluyen salmón, bacalao, rodaballo.

NATURAL

Un término amplio que se aplica a los alimentos que están mínimamente procesados y libres de conservantes, edulcorantes artificiales, colorantes, aditivos de sabor, hormonas de crecimiento,³⁷



antibióticos, aceites hidrogenados, estabilizantes o emulsionantes de acuerdo con la FDA. Los productos que usan este etiquetado deben explicar en qué consiste el término 'natural': por ejemplo, no utilizar ingredientes artificiales. La mayoría de los alimentos etiquetados como "*Natural*" o "*100% Natural*" no están sujetos a controles gubernamentales específicos, con excepción de la carne y las aves. Para éstos, el USDA define "natural" como ausencia de sabores artificiales, colorantes, conservantes químicos o ingredientes sintéticos. Los productos que portan esta etiqueta no pueden estar procesados hasta el punto de alterar la materia prima.

NO ANTIBIOTICS ADMINISTERED OR RAISED WITHOUT ANTIBIOTICS (No administración de antibióticos, criado sin antibióticos)

El USDA reconoce éste etiquetado como indicador de que el animal nunca fue criado con antibióticos. El término "*Antibiotic free*" se considera no susceptible de aprobación por el USDA, que es el organismo responsable de la adecuación de los términos pero no del proceso de verificación.

ORGANIC (Orgánico)

Alimentos que se producen sin la utilización de los pesticidas convencionales, fertilizantes sintéticos, métodos de bioingeniería o radiación iónica. Carne, aves, huevos y lácteos a los que no se les han administrado antibióticos u hormonas del crecimiento. Antes de que un producto se pueda etiquetar como orgánico, el personal certificador inspecciona la granja productora para asegurarse de que satisface la normativa de USDA establecida en 2002. Las compañías que manejan o procesan alimentos orgánicos reciben también una certificación similar.

Los distintos sellos que se utilizan son:

- "*100% Organic*": Los productos que contienen este sello han de contener exclusivamente ingredientes producidos orgánicamente. Productos de ingrediente único como los huevos usaran en general este término. El sello orgánico de USDA u otros agentes certificadores también aparece en estos productos.
- "*Organic*": Estos productos deben contener un 95% de ingredientes orgánicos. El sello orgánico de USDA u otros agentes certificadores también aparece en estos productos.
- "*Made with organic ingredients*" (Hecho con ingredientes orgánicos): Este término se refiere a productos procesados que contienen al menos un 70 % de ingredientes orgánicos. Los productos con menos de un 70% de ingredientes orgánicos pueden especificar los ingredientes orgánicamente producidos en un lado del paquete, pero no pueden reflejar esa información en la parte frontal del paquete.

Existen también otros programas como el *Quality Assurance Internacional* (QAI), u otros programas estatales o locales, como *Oregon Tilth*. Cada agencia de certificación tiene sus requerimientos específicos

PASTURED (OR PASTURE RAISED) (Criados con pasto)

Implica que a los animales se les permitió pastar libremente en su entorno natural. Se permitió que



los animales comieran aquellos alimentos –hierbas y otras plantas - que sus cuerpos digerían de manera natural.

PROTECTED DESIGNATION OF ORIGIN (PDO) (Denominación de origen protegida)

Indica una designación geográfica de la Unión Europea que incluye aquellos productos agrarios producidos y procesados en dicha área geográfica de acuerdo con los métodos establecidos en ella, como el Prosciutto de Parma de la región de Parma (Italia).

PROTECTED GEOGRAPHICAL INDICATION (PGI) (Indicación geográfica protegida)

Ligeramente menos restrictivo que el sello PDO, el PGI, también regulado por la Unión Europea, tiene como objetivo promover la reputación de algún producto o región, haciendo notar que, al menos una de las fases de producción tiene lugar en esa región en particular.

PROTECTED HARVEST (Cosecha protegida)

Certifica el uso por parte de los granjeros de métodos de cultivo que incorporan la gestión biointensiva integrada de plagas, un método de pesticidas menos tóxico que el habitual.

RAINFOREST ALLIANCE (Alianza para las selvas tropicales)

Un sello para café, cacao, chocolate, bananas y otros productos, que implica que el producto no sólo se ha cultivado de modo sostenible, sino que su compra ayuda a la “*Rainforest Alliance*” (alianza para las selvas tropicales) a preservar la biodiversidad.

SHADE GROWN (Cultivado a la sombra)

Los cafés con este sello están elaborados con semillas que se plantan bajo la copa de árboles que crean una atmósfera de bosque. Normalmente son cultivos orgánicos. Según la *Northern Shade Coffee Campaign* - parte del *Seattle Audubon* cuya misión es proteger el hábitat de los pájaros migratorios en Latinoamérica y el Caribe -muchas organizaciones certifican café como cultivado a la sombra partiendo de parámetros independientes. Algunos cultivadores se fían de los usos intrasectoriales para verificar el proceso ‘a la sombra’.

Un sello relacionado – “*bird friendly*” (respetuoso con los pájaros) - se encuentra a menudo en café o cacao y denota que ha sido cultivado a la sombra y en condiciones orgánicas reconocidas por organizaciones independientes a través de sus inspectores, que han chequeado el proceso de cultivo siguiendo las normas establecidas por la *Smithsonian Migratory Bird Center of The National Zoo* (Centro para aves migratorias del Smithsonian del Zoo Nacional) en Washington DC.

TRADITIONAL SPECIALTY GUARANTEED (TSG) (Especialidad Tradicional Garantizada)

Se centra en el carácter distintivo de los productos que incluyen un método de producción o composición tradicionales. El uso de este tipo de sellos está regulado por la Unión Europea.

UTZ CERTIFIED (Certificado UTZ)



Indica que la producción se ha realizado siguiendo métodos de producción y suministro certificados por uno de los mayores programas de certificación de café del mundo.

VEGETARIAN (Vegetariano)

Este sello se usa con poca rigidez, y sólo podemos deducir del mismo que no hay carne roja en el producto. No está regulado. Las comidas con el indicativo “*100% vegetarian ingredients*” pueden incluir también huevos y lácteos.

WHOLE GRAIN STAMP (Grano entero o Integral)

Hay dos versiones de este símbolo. El etiquetado del 100% denota que en el alimento todo el grano es integral. El etiquetado básico de “*Whole grain*” aparece en productos que contienen al menos una mitad de la ración de grano integral por ración etiquetada. Cada etiqueta también muestra un número, que indica cuántos gramos de grano integral están contenidos en cada ración del producto. Se trata del etiquetado oficial del *Whole Grain Council* (Consejo del Grano Integral).

WILD CAUGHT (Capturado en entorno salvaje)

Se refiere a pescado capturado en su hábitat natural. No obstante, según la organización *Corporate Partnership Program for Environmental Defense* (Programa de Asociación Corporativa para la Defensa del Medioambiente) no existe una definición formal de dicha expresión.

Nota elaborada por Alicia Sánchez Muñoz, Consejera Comercial

Oficina Económica y Comercial, Washington DC

Octubre 2010